

**Sveučilište u Zagrebu
Filozofski fakultet
Odsjek za etnologiju i kulturnu antropologiju
Studij antropologije**

**Diplomski rad:
PRISTUPI SNOVIMA**

Mentor:
dr. sc. Tomislav Pletenac

Student:
Hrvoje Tadić

Zagreb, rujan 2017.

SADRŽAJ

Uvod.....	3
1. Povijesni pregled proučavanja i pristupa snovima.....	5
1.1. Rane civilizacije	5
1.2. Razdoblje antike	6
1.3. Religiozna gledišta	9
1.4. Snovi kroz prizmu znanosti	11
1.5. Slavni snovi i snovi u službi umjetnosti	15
2. Znanstvena istraživanja snova.....	18
2.1. REM i NREM	18
2.2. Uloga spavanja i snova.....	20
2.3. Cirkadijani ritam	22
2.4. Pamćenje snova.....	22
2.5. Deprivacija spavanja/sna.....	23
3. Etnografski prikaz gledanja na snove u različitim kulturama	26
3.1. Snovima oko svijeta.....	26
3.2. Lucidni snovi i noćne more.....	32
4. Antropologija sanjanja.....	35
4.1. Kratka povijest antropoloških istraživanja snova	35
4.2. Klasifikacija snova, kulturalne teorije snova.....	37
4.3. Kontekst i dijeljenje snova unutar zajednice	40
Zaključak	43
Popis literature	45

Uvod

Kroz povijest ljudskog roda na snove se različito gledalo. Sva društva (koja su nam do danas poznata) imala su svoja promišljanja o snovima i način na koji su ih tumačili. Znanost pretpostavlja da su snovi u živote viših kraljevnjaka ušli prije 130 milijuna godina, no ipak, i nakon toliko godina još uvijek se raspravlja zašto i koja je njihova uloga.

San kao kolektivni fenomen bitno je definiran kulturnim i društvenim odrednicama nekog društva, ali istovremeno je nešto izrazito individualno i neodredivo. Tijekom prosječnog životnog vijeka sveukupno provedemo oko šest godina sanjajući (dakle oko dva sata svake noći). To je prilična količina vremena koju tijekom našeg života većinom ignoriramo. Prosječan čovjek smatra kako je snove prilično teško razumjeti, jer oni nemaju smisla ako ih se promatra s gledišta njegova uobičajenog budnog iskustva i on ih je zato sklon ili zanemariti ili priznati kako ga zbunjuju (Jung 1987: 39).

Kako znamo da upravo sada ne spavamo? Kako znamo da ne sanjamo da smo budni? Upravo se to pitao i francuski filozof Rene Descartes – da li bi sva realnost mogla biti san? Naposljetku je došao do zaključka da jedino u što može biti siguran je postojanje vlastite svijesti. U trenucima sanjanja događaje koji se odvijaju u našoj svijesti obično podrazumijevamo dijelom budnoga života. Ali za razliku od budnog iskustva, slike, događaji i prostori u snovima su poput bujice, s fluidnim prijelazima iz jednog prostora ili slike u drugu. Događaji u snovima odvijaju se relativno neovisno od prirodnih zakona (npr. gravitacije), kauzalnosti (uzročno-posljedičnih veza) te drugih fizičkih, logičkih i

moralnih ograničenja dnevne spoznaje (Kracke 1992: 35). U snovima nam se takve situacije čine „normalne“, premda je takva iskustva nemoguće doživjeti u budnom stanju.

Vojskovođe prije odlučnih bitki sanjaju pobjedu pa sljedećeg dana kreću u napad, John Lennon sanja melodiju i refren na nepoznatom jeziku („Bōwakawa poussé, poussé“) te nakon buđenja sklada pjesmu *#9 Dream*, Sigmund Freud sanja o Irminoj injekciji i postavlja glavnu tezu svog djela *Tumačenje snova*... Mnogi su primjeri utjecaja snova na živote poznatih i ne tako poznatih osoba. Neki tvrde da snovi imaju moć iscjeljenja, da pomažu pri donošenju odluka te da uskraćivanjem snova pobjeđujemo (barem privremeno) u borbi s depresijom.

Snovi su prisutni i kod drugih bića. Danas s velikom vjerojatnošću možemo tvrditi da i životinje sanjaju. O čemu sanjanju, čovjek tek može nagađati i postavljati to kao cilj budućih znanstvenih istraživanja.

U ovom radu ću se baviti snovima čovjeka polazeći iz perspektive samog odnosa čovjeka prema snovima te različitim teoretskim pristupima koji su se razvili tijekom stoljeća. U radu će se propitivati činjenica da neka društva (pretežno ne-zapadna) vjeruju u moć snova te snovima pristupaju s izrazitim poštovanjem i ozbiljnošću kao vrijednim izvorima znanja koje utječe na osobni i društveni razvoj, dok ih suvremena, uglavnom zapadna, društva nerijetko odbacuju kao nevažne, odnosno barem manje važne u odnosu na iskustva doživljena u budnom stanju i ne uvažavaju ih kao „adekvatno“ polazište za razvoj čovjeka.

Navedena tematika u radu je strukturirana u pet poglavlja.

U prvom poglavlju će se dati pregled različitih pristupa u proučavanju snova kroz povijest, u drugom poglavlju bit će predstavljeni neki od rezultata znanstvenih istraživanja snova, dok treće poglavlje donosi prikaz odnosa prema snovima iz diskursa različitih kultura. U četvrtom poglavlju prikazuje se pregled antropoloških pristupa proučavanju snova, a u posljednjem, zaključnom dijelu rada sumiraju se spomenuti pregledi i analize.

U Sjevernom Meksiku pripadnici plemena Rarámuri često umjesto pozdrava „dobro jutro“ izgovaraju pitanje: „Što si sinoć sanjao?“ (Merrill 1992: 194).

S tim pitanjem može započeti i ovaj rad. Što ste sinoć sanjali?

1. Povijesni pregled proučavanja i pristupa snovima

Niti jedno do sad otkriveno društvo nije bilo ravnodušno prema snovima. Svako je imalo svoje teorije o snovima i način njihovog tumačenja. Općenito, možemo razlikovati tri osnovna teorijska usmjerenja:

1. snovi su uzrokovani natprirodnim silama (poput bogova, sila dobra ili demona, sila zla) i trebaju se shvatiti kao poruke koje nam pomažu ili štete
2. snovi su stvarna iskustva prouzročena izvanjskim lutanjima duše tijekom spavanja
3. snovi su prirodna pojava, rezultat normalne mentalne aktivnosti tijekom spavanja.

Prva dva pristupa su najstarija poznata, a treći pristup bio je prihvaćen samo u dvije civilizacije – u antičkoj Grčkoj u razdoblju između 3. i 1. stoljeća pr. n. e. te u zapadnom društvu od 19. stoljeća do danas (Stevens 1996: 10–11). Ti pristupi se međusobno ne isključuju, tako da, primjerice, danas imamo situaciju da se provode sofisticirana medicinska istraživanja snova, dok ljudi istovremeno još uvijek koriste popularne sanjarice.

1.1. Rane civilizacije

Jedni od najranijih zapisa snova bile su asirske i babilonske sanjarice pronađene u Ninivi, u knjižnici kralja Asurbanipala. Bile su urezane u glinene pločice koje datiraju iz 3000. godine pr. n. e. Babilonci su snove smatrali porukama natprirodnih bića te iz tog strahopoštovanja i grade hramove posvećene Mamu, božici snova, kako bi se zaštitili od kobnog utjecaja snova koje su im slali demoni i duhovi preminulih. Asirci su na snove gledali kao na znakove – dobar se san doživljavao kao savjet, a loš je predstavljao poziv na djelovanje. Smatra se da se prvo zapisano tumačenje snova nalazi u sumersko-babilonskom epu Gilgamešu (vjerojatno nastalom u 3. tisućljeću pr. n. e.), koji govori o snovima Gilgameša, kralja sumerskog grada Uruka i njegovog prijatelja Enkidua (Jakelić 2002: 11, Stevens 1996: 8). Ti se snovi objašnjavaju kao proročanstva te se tumače prilično jednoznačno i s velikom sigurnošću u njihovo ostvarenje.

Drevni papirus Cheitera Beattya iz područja Tebe, Knjiga snova iz 1350. godine pr. n. e., danas čuvana u Britanskom muzeju, sa zapisanih oko 200 snova, također se smatra jednim od najranijih zapisa tumačenja snova. Po cijelom je Egiptu bila raširena oniromantija, tj. proricanje budućnosti pomoću snova. Čak i hijeroglifi opisuju i tumače snove. Drevni su Egipćani snove smatrali upozorenjima i vjerovali su da oni dolaze izravno od bogova, a ne od demona i duhova. Tumačenje snova podigli su na umjetničku razinu, ali nije zanemariv i religiozni aspekt. Oni su prvi poznati civilizirani narod koji je prakticirao inkubaciju (namjerno izazivanje) sna kako bi prouzročili snove vezane uz određene probleme ili potrebe, poput bolesti i iscjeljenja. Tumačenja svećenika-čitača (onirokrita) su bila sastavni dio takve terapije koja se provodila u 'hramovima spavanja'. Serapis je bio njihov Bog snova i njemu u čast su izgradili mnogo hramova od kojih se najpoznatiji nalazi u Memfisu sagrađen oko 3000. godine pr. n. e. (Stevens 1996: 14–15, Jakelić 2002: 11). Dok su ljudi s Bliskog istoka pripisivali snove vanjskim uzročnicima poput bogova i demona, drevni Kinezi su smatrali da snovi imaju svoj unutarnji izvor, sanjačevu lutajuću dušu – duhovnu dušu *hun*, koja napušta tijelo svake noći tijekom spavanja i može komunicirati s duhovima umrlih i bogovima, a napušta tijelo smrću. Kinezi su također prakticirali inkubaciju sna (Stevens 1996: 16).

1.2. Razdoblje antike

U Homerovo doba Grci su bili uvjereni u božanski izvor snova. Tako su stari Grci, a i Rimljani, odlazili na sveta mjesta kako bi od boga primili san s potrebnim naputcima za izlječenje. U Eskulapovim hramovima upućivane su molitve božanstvu da se odazove. Pravilna procedura uključivala je post, suzdržavanje od spolnih odnosa te ritualna kupanja. Mjesta za inkubaciju snova postojala su i u Japanu u šintoističkim i budističkim hramovima (Jakelić 2002: 177).

Heraklit, grčki filozof predsokratovac (oko 400. godine pr. n. e.), smatra se jednim od prvih koji je predložio isključivo racionalno objašnjenje snova – snovi su prilično nevažna pratnja spavajućeg uma. Hipokrata, antičkog grčkog liječnika, (oko 400. godine pr. n. e.) zanimala je proročka priroda snova, ali isključivo u funkciji dijagnosticanja pojave bolesti. Jedna stara filozofska tradicija koja započinje s grčkim filozofom Pitagorom (6. stoljeće pr. n. e.) usko povezuje san i dušu – san se pojavljuje

noću kada se duša oslobodi od tijela, a vrijednost sna ovisi o čistoći duše. Ideje grčkog filozofa Platona (oko 300 godine pr. n. e.) bile su prilično moderne za ono doba i predstavljaju svojevrzni nagovještaj učenja Sigmunda Freuda (1856.–1939.), utemeljitelja psihoanalize. Riječ je o tumačenju koje kaže kako u snu više nemamo racionalnu kontrolu nad našim strastima te u snovima radimo sve ono čega bi se inače sramili u budnom stanju (Stevens 1996: 18–20, Le Goff 1993: 267).

S Platonovim učenikom Aristotelom (oko 350. godine pr. n. e.) započinje umanjivanje vrijednosti sanjanja. Promatrajući usnule životinje zaključio je da i one sanjaju te na osnovi toga poriče božansko podrijetlo snova. Smatrao je da snovi izražavaju nešto što se prirodno događa u čovjeku koji sanja (u njegovoj predodžbi, mašti) te da su mentalne slike koje san stvara poput odraza u vodi i ne predstavljaju stvarne predmete. Iako su njegova razmišljanja o prirodi snova bila zanemarivana više od 2000 godina, on je zapravo najbliži modernim zapadnjačkim pogledima na snove. I Freud u svom *Tumačenju snova* tvrdi da je Aristotel bio prvi koji je san odredio kao predmet psihologije (Stevens 1996: 19–20, Tedlock 1992b: 2 i Girardi-Karšulin 2012: 35–36).

Aristotel o snovima raspravlja u dva spisa – *De insomniis* i *De divinatione per somnum*. Dok mi iskustvo narativno strukturirane skupine događaja proživljenih tijekom spavanja sabiremo u pojmu sna, stari Grci poznaju pojam usnovine¹ – pojedine prilike, odnosno predodžbe koja se u snovima javlja. Tako se i Aristotelova teorija sanjanja bavi usnovinama, a ne samim snovima. Usnovine su opažajni tragovi koji su putem osjetila sakupljeni u umu tijekom dana, a koji postaju opazivi tek tijekom sanjanja kada budne aktivnosti opažanja i mišljenja zamru. U snu smo obmanuti usnovinama (predodžbama stvari koje zapravo nisu ondje), jer je tijekom sna prosudba prepuštena isključivo predodžbenoj mogućnosti², dok su sve ostale spoznajne mogućnosti onesposobljene. Aristotel prihvaća da neke usnovine ponekad mogu imati dijagnostičku vrijednost i upozoriti na pojavu određenih bolesti. S obzirom na suvremena znanstvena saznanja, Aristotelovu fiziologiju možemo proglasiti pogrešnom, tako da danas nije moguće prihvatiti Aristotelovo obrazloženje da se san pojavljuje kao prirodna posljedica unosa hrane.

¹ *Usnovina* je pojam koji se baš i ne upotrebljava u svakodnevnom govoru, a označava hrvatski prijevod antičkog grčkog pojma το ενύπνιον (doslovno „ono u snu“)

² *Mogućnost* je filozofski pojam, prijevod antičkog grčkog pojma δύναμις te označava potencijalnost, mogućnost, sposobnost

Otkrićem REM faze spavanja³ postale su neodržive i Aristotelove tvrdnje da mala djeca ne sanjaju, da možemo provesti noć bez usnovina te da neki ljudi nikada u životu nisu doživjeli usnovinu. Aristotelova teorija je bitno ograničena svojim predmetom (usnovinama), tako da ona ne može objasniti san kao narativnu strukturu (Gregorić 2003: 56–60, 65–66).

Nadalje, rimski govornik, pisac i državnik Ciceron (1. stoljeće pr. n. e.) u svom djelu *De divinatione* prenosi klasifikaciju snova svoga učitelja Posejdonija prema tri moguća podrijetla – čovjek, tj. njegov duh koji rađa snove iz samoga sebe, besmrtni duhovi te bogovi koji se neposredno obraćaju spavačima. Takvu tipologiju, uz neke modifikacije, zadržava i kršćanstvo (Le Goff 1993: 266).

Prvi koji je posvetio čitav svoj život sustavnom proučavanju snova bio je Grk Artemidor iz Daldisa (po nekima iz Efeza), koji u 2. stoljeću putuje civiliziranim svijetom sakupljajući materijale za svoje životno djelo *Oneirocritica* (*Tumačenje snova*). Napisano oko 120. godine u svojih pet svezaka sadrži više od 3000 prikaza snova te objašnjenja brojnih simbola iz snova. Kod Artemidora smisao snova mijenja se ne samo prema sanjačevoj osobnosti, već i prema njegovom profesionalnom, pravnom i društvenom položaju te navikama i mjestu na kojemu živi. Naglašavao je princip asocijacija u snovima i tražio igre riječima, davao prednost svjetovnom, psihološkom objašnjenju snova te ponekad upotrebljavao princip antiteze – kada snovi nagovještavaju suprotno od svoga sadržaja. Razlikovao je dvije klase snova – *insomnium* koji su vezani za aktivnosti i iskustva uobičajenog života te *somnium* koji su nosili dublje alegorijsko (slikom prikazuju jedno, a znače nešto drugo) ili mitsko značenje i mogli su proreći buduće događaje (Stevens 1996: 8, 27, Le Goff 1993: 268–269 i Horne 2009: 179).

Grčki filozof Sinezije Kirenjanin na kraju 4. stoljeća u svojoj raspravi *O snovima* promiče veću ravnopravnost u tumačenju snova te smatra da nema potrebe odlaziti tumačima snova, jer svatko od nas najbolje razumije svoje snove. U to doba i rimski književnik Makrobije piše *Komentar uz Scipionov san*, djelo u kojem se ponovno oživljava antička ideja o postojanju hijerarhije sanjača – snovi dostojni da ih se naziva proročanskima mogu jedino doći od osoba najvišeg autoriteta (Le Goff 1993: 269–270).

³ Više o REM fazi spavanja na str. 18 ovog rada

1.3. Religiozna gledišta

U svim svjetskim religijama snovi se smatraju važnim izvorom božanskog otkrivenja. Sveti tekstovi kršćana, muslimana, židova, kao i budista i hinduista puni su snova i vizija. Zbog te navodne privilegirane izravne veze s 'božanskim', vizionarski vođe različitih denominacija još i danas često koriste snove u pokušajima da oblikuju i usmjere tuđe ponašanje u poželjnom smjeru (Ingram 2015, Le Goff 1993: 262).

Talmud sadrži četiri poglavlja posvećena snovima, a židovski učenjaci su sloveli kao vrsni tumači snova. Tako je talmudski tumač Rabbi Hisda govorio da je neprotumačen san poput nepročitanog pisma te je smatrao da su uznemirujući snovi važniji od onih ugodnih, jer nas tjeraju na akciju i promjenu našeg ponašanja (Stevens 1996: 23).

Utemeljitelju islama, proroku Muhamedu, veliki dio Kurana otkriven je upravo kroz snove, koje je smatrao razgovorom između čovjeka i njegovog Boga te je sa svojim učenicima često razgovarao o njihovim snovima. U islamskim tekstovima piše da od doba Muhameda nema istinitih snova, jer ih je on sam sve odsanjao. Snovi se u islamskoj tradiciji dijele na dvije osnovne vrste: (i.) *ruya*: jasni i važni proročanski snovi koje šalje Allah i (ii.) *ahlam*: obmanjujući snovi iz drugih izvora (Kilborne 1992: 184, 192, Jakelić 2002: 12).

Autori drevnih indijskih duhovnih doktrina *Upaništade* (zapisanih u danas poznatoj formi između 1000. i 800. godine pr. n. e.) sanjanje cijene više od budne stvarnosti. Najprofinjenije indijske ideje o snovima pojavljuju se u *Atharva Vedi*. U njoj se tvrdi da je za sanjača najvažniji posljednji san u seriji te da se šanse za ostvarenje sna povećavaju ako se san pojavi što kasnije tijekom noći. Sadržaj snova u korelaciji je s temperamentom sanjača, što je u moderno doba također potvrđeno kliničkim iskustvom da su depresivni ljudi skloni sanjati depresivne snove, dok manični ljudi sanjaju manične snove (Tedlock 1992b: 2–3, Stevens 1996: 16–17).

Biblija (i Stari i Novi zavjet) je puna zapisa o snovima kojima Bog objavljuje svoje poruke i naredbe koje se tiču čitava naroda, poput onih u snovima Danijelovim, Jakovljevim i Solomonovim. U Starom zavjetu snovi se spominju na 43 mjesta, a u Novom zavjetu nalazimo samo devet zapisa snova. U Levitskom zakoniku (XIX, 26) piše da je Bog naredio Mojsiju da odvрати svoj narod od tumačenja i zanimanja za snove (Le

Goff 1993: 262, 264). Do otprilike 3. stoljeća kršćani snove povezuju s važnim događajima kršćanskog života poput obraćenja ili mučeništva. Svojom žrtvom mučenici postaju najdostojniji sanjači (čak su iznad biskupa) koji sanjaju najuzvišenije vizije svijeta i budućnosti (ibid.: 272–273).

Crkvenog pisca Tertulijana (3. stoljeće) smatra se prvim kršćanskim teologom sna. On je u nekoliko poglavlja svoga djela *De anima* razvio pravu raspravu o snovima koje naziva djelatnostima spavanja. Smatrao je da baš svi sanjaju te da su za snove odgovorni Bog, demoni ili priroda, dok je duša samo promatrač bez ikakva utjecaja. Po njemu, snovi ovise o mnogo faktora – položaju spavačeva tijela, prehrani, stupnju umjerenosti itd. Crkveni otac sv. Grgur iz Nise (4. stoljeće) na snove je gledao kao na prirodne pojave koje se mogu psihološki objasniti. No ubrzo su kršćanski poglavari promijenili stav i počeli povezivati snove s krivovjernicima te su sve one sekte u kojima su snovi igrali važnu proročku ulogu (npr. kao kod gnostika) proglasili heretičcima. Crkva pokušava svoje vjernike odvratiti od tumačenja snova te uskoro ukida sve stručne tumače snova, a 314. godine zabranjuje proricanje pomoću snova (Stevens 1996: 28, Le Goff 1993: 274–280).

Snovi jednog od najutjecajnijih kršćanskih naučitelja, sv. Aurelija Augustina (5. stoljeće) i njegove majke, sv. Monike, odigrali su važnu ulogu u presudnom događaju njegova života, obraćenju na kršćansku vjeru. Augustin snove dijeli na istinite (koji smiruju dušu) i lažne (koji uznemiruju dušu). Stareći, Augustin sve više omalovažava snove, što s vremenom i navodi Crkvu da počne nadzirati snove. Tako dolazi do ponovnog uspostavljanja tradicionalne elite povlaštenih sanjača, kraljeva i careva, koji, nakon što se preobrate na kršćanstvo, svoj položaj dodatno učvršćuju određenim snovima. Do 12. stoljeća kršćanstvo zadržava samo jednu tipologiju koja govori o tri izvora sna – božanskom, demonskom i ljudskom. Zbog problema u jasnom razlikovanju porijekla snova, od tada će temeljni stav kršćanstva prema snovima biti nepovjerenje. Izgleda da je Sv. Jeronim (5. stoljeće) zaslužan za dijabolizaciju snova – mučili su ga snovi u suprotnosti s uvriježenim kršćanskim moralom pa je prozvaao snove zlom silom koja dolazi izravno od Sotone (Jakelić 2002: 13, Le Goff 1993: 280–287).

Premda su mnogi kršćanski mislioci osuđivali inkubaciju snova, ona je preživjela i u kršćanstvu – poznati su brojni slučajevi inkubacije pokraj grobova svetaca kako bi se

u snu dobio recept za izlječenje. Osim rijetkih iznimaka (npr. snova svetaca, nekih uvažanih grešnika), san prestaje biti nagovještajem budućnosti i spasa. Od tada samo elita, tj. kršćanski sveci – poput Sv. Martina (7. stoljeće) koji se obratio nakon što mu se Krist ukazao u snu – znaju razlikovati snove koji dolaze od Boga od onih koji su samo iluzije. Zbog takvog crkvenog stava prema snovima većina vjernika potiskuje svoje snove i ne bavi se njima (Le Goff 1993: 278, 282, 289–294). Tijekom srednjeg vijeka su snovi dostojni tumačenja dugo bili rezervirani za crkvenu elitu (biskupe i svece) i za kraljevsku elitu, no od 12. stoljeća proširuje se pravo na tumačenje sna. Od tada svakom kršćaninu može biti podaren san dostojan tumačenja (ibid.: 309).

U modernom budizmu snovi služe kao analogija pomoću koje se pokazuje da je sve oko nas iluzija – svijet kojeg doživljavamo dok smo budni i svijet kojeg doživljavamo dok sanjamo su oba puke pojavnosti u umu koje proizlaze iz naših pogrešnih koncepcija. Svijet sna nas dovodi u zabludu da je stvaran i postoji samo dok postoji svjesnost sna kojoj se on pojavljuje, a svijet jave postoji samo dok postoji svjesnost jave kojoj se on pojavljuje i također nas dovodi u zabludu (Gyatso 2012: 87–88). Prema budističkim učenjima sve su pojavnosti zapravo poput snova i lišene su istinskog postojanja.

1.4. Snovi kroz prizmu znanosti

Dugo vremena znanost je ignorirala značaj snova te je njihovo pojašnjavanje i tumačenje prepuštala sferi kvazi-učenjaka i religijskih figura. Tek u 17. stoljeću, razvojem kartezijanskog mehanicističkog dualizma, počinje se govoriti o snovima, pa makar i negativno – naime, tada su snovi izbačeni iz sfere razuma te premješteni u područje iracionalnog iskustva (Tedlock 1992b: 2). Njemački filozof i matematičar G. W. Leibniz nešto kasnije iznosi prvu jasnu ideju da se u našim dušama događa nešto o čemu ne znamo gotovo ništa, a u 18. stoljeću njemački fizičar G. C. Lichtenberg uspostavlja vezu između nesvjesne aktivnosti i sanjanja (Stevens 1996: 29–30). U drugoj polovici 19. stoljeća u Europi se budi znanstveni interes za snove – značajna su dvojica francuskih znanstvenika: Alfred Maury i Hervey de Saint-Denys. Ipak, istinski interes za snove započinje tek 1900. godine kada Sigmund Freud objavljuje *Tumačenje snova*, revolucionarno djelo čijim objavljivanjem san napokon dopijeva u sferu znanosti, a u

desetljećima koja slijede i Carl Gustav Jung piše svoje brojne studije o snovima (Benčić 2012a: 8).

U to vrijeme znanost je snove smatrala beznačajnima (poput halucinacija i zabluda psihotičnih pacijenata), dok je pristup Freuda i Junga bio potpuno oprečan tome (Stevens 1996: 37). Freud je snove i njihovu interpretaciju označio kao *via regia*, kraljevski put koji vodi prema znanju o nesvjesnim aktivnostima uma, a snovi njegovih pacijenata bili su ključ za osvještavanje potisnutih seksualnih nagona. Prema Freudu, takav čin potiskivanja vodi u razne neurotične poremećaje. Švicarski psiholog i psihijatar Carl Gustav Jung (1875.–1961.) nije prihvatao tu teoriju, već je smatrao da „snovi sadrže nešto esencijalno nepoznato što na stvaralački način dopire iz nesvjesne dubine duše te da to valja svaki put iznova eksperimentalno istražiti na svakom pojedinom slučaju, bez unaprijed stvorenih mišljenja“ (von Franz 2009: 12).

Za razvoj Freudove teorije o snovima bio je presudan jedan san – 24. 7. 1895. godine on sanja san koji će se proslaviti i nadalje biti spominjan kao san o Irminoj injekciji⁴. Proučavajući svoj san iznenada mu je sinulo da se u njemu radi o ispunjenju skrivene želje. Snažno obuzet idejom da je proniknuo u tajnu snova piše svoj magnum opus *Tumačenje snova* (Stevens 1996: 35–36). Prema Freudu za vrijeme sanjanja popuštaju inhibicije koje imamo u budnom stanju te dolazi do oslobađanja zabranjenih želja koje se nastoje probiti do naše svijesti. To se događa na taj način da se upravo te zabranjene želje (tj. *latentni sadržaj* snova), koje ne želimo svjesno prihvatiti, preoblikuju u nešto nama prihvatljivo – san tada postaje *manifestni sadržaj* prerusene želje. Zbog toga je Freud snove smatrao nekom vrstom čuvara spavanja, jer imaju ulogu sprečavanja da se spavač probudi uslijed neprimjerenog sadržaja snova (Stevens 2007: 103). Latentni sadržaji snova potječu od osnovnih bioloških poriva (prvenstveno seksualnog porijekla), dok stvaranju manifestnog sadržaja snova pripomažu neki mehanizmi: (i) 'kondenzacija'

⁴ Freud je u ljeto 1895. godine liječio pacijenticu (spominje ju kao Irmu) koja je odbila tretman koji joj je preporučio. Par mjeseci kasnije Freud se kod kolege raspitao o njoj i saznao da ona nije sasvim dobro. Te noći sanja kako na nekom primanju susreće Irmu i kaže joj da je isključivo njena krivnja ako još uvijek osjeća bol. Ona mu se povjeri da ju strašno boli grlo i trbuh te ju Freud pažljivo pregleda, prvo sam, a onda i uz pomoć drugih kolega. Svi zaključuju da je riječ o infekciji prouzrokovanoj injekcijom koju joj je netko drugi nemarno dao i koja vjerojatno nije bila čista. Freud se budi, zapisuje san i zaključuje da je u snu uspješno prebacio vlastiti osjećaj krivnje za Irmino stanje na nekog drugoga, jer njegov tretman ne bi izazvao takvu infekciju (*web izvor*: https://en.wikipedia.org/wiki/Irma%27s_injection).

– objedinjavanje nekoliko značenja (asocijacija, ideja) u jednu sliku i (ii) 'premještanje' – potencijalna emocionalno bolna iskustva ublažavaju se pomoću zamjenskih, emocionalno neutralnih slika (Horne 2009: 181). Manifestni sadržaj snova, prema Freudu, potječe iz dva izvora – iz ostataka sjećanja na prethodni dan (njem. *Tagesreste*) i iz sjećanja na djetinjstvo. Jung je to prihvatao, ali on uvodi i treći, mnogo dublji izvor, koji je nazvao *kolektivno nesvjesno*⁵. To je dio koji postoji duboko u nama i koji izražava neke značajke iz najprimitivnijih razina ljudske prirode (ibid.). Također, za razliku od Freudova seksualnog korijena snova, smatrao je da snovi potječu „iz mnogo širih okvira, iz temeljnih pitanja ljudske egzistencije“ (Stevens 2007: 104).

Freud je usporedo s pisanjem svog kapitalnog djela razvijao i tehniku slobodnih asocijacija (koju je naučio od austrijskog liječnika Josepha Breuera) uz pomoć koje se interpretiraju snovi. Primjenom te tehnike pokušavamo nadmudriti našeg unutarnjeg cenzora i nastojimo doprijeti do istinskog značenja određenog sna – sagledavaju se određene slike iz sna (manifestni sadržaj) na osnovu kojih sanjač slobodno asocira i nabacuje razne misli i ideje koje mu spontano dolaze s ciljem razotkrivanja latentnog sadržaja. Premda su činjenice ukazivale na suprotno, Freud je tu tehniku smatrao vrlo uspješnom (Stevens 1996: 35–36, Stevens 2007: 104). S druge strane, Jung je na tu tehniku gledao kao na „varljivu i neprimjerenu upotrebu bogatih maštanja što ih stvara nesvjesno u snu“ (Jung 1987: 27).

Jung, i danas relevantan autor na području istraživanja snova, smatrao je san „normalnom psihičkom pojavom koja prenosi nesvjesne reakcije ili spontane poticaje u svijest“ (ibid.: 67). Samoga sebe doživljavao je kao dobrog sanjača te je sanjao mnoge simbolima bogate snove. Takvi snovi su bitno usmjeravali njegov život, pa ih je zato i pamtio i zapisivao, a pred kraj života i podijelio sa širom publikom (von Franz 2009: 35). U snovima se oblikuju različiti simboli koje čovjek stvara nesvjesno i spontano, odnosno „nesvjesni vid svakog događaja se otkriva u snovima, gdje se ne javlja kao razumska misao nego kao simbolička slika“ (Jung 1987: 21, 23), ali pritom treba imati na umu da se naizgled isti simboli ne mogu kod različitih ljudi tumačiti na isti način – čak i isti simboli unutar snova istoga čovjeka mogu imati sasvim drugačija značenja u različitim

⁵ *Kolektivno nesvjesno* „sadrži nagomilano iskustvo prijašnjih naraštaja, uključujući i životinjsko naslijeđe“, „temelj je ličnosti i ima najsnažnije djelovanje; ono je skladište općega razvoja i skrivenoga pamćenja naslijeđenoga iz baštinjene prošlosti čovječanstva“ (Hrvatska enciklopedija 2003: 397)

fazama njegova života (Jakelić 2002: 15). Jung zbog takvog gledanja na snove nije ni pokušavao stvoriti neki oblik intelektualno zasnovane teorije sna, jer je svaki san promatrao kao unutarnju dramu nas samih koji smo u isto vrijeme i glavni glumci i dio scenografije i publika (von Franz 2009: 40, 43).

Prema Jungu snovi imaju kompenzacijsku funkciju, oni „uravnotežuju jednostrane ili pretjerano sputane svjesne stavove“ (Stevens 1996: 66), tj. „snovi pomažu psihi da sama sebe dovede u red“ (Horne 2009: 181). Snovi djeluju bez obzira sjećamo li ih se mi ili ne, jer ih ipak svjesno proživljavamo tijekom spavanja, a njihovo bilježenje, pamćenje i potencijalna analiza samo pojačavaju njihov učinak (Stevens 2007: 82). Posebnu pozornost treba obratiti na snove koji se ponavljaju na relativno redovitoj bazi. Za Junga tumačenje snova nije bio nikakav mehanički postupak – potrebno je dobro upoznati sanjačevu osobnost, kao tumač razvijati vlastitu samosvijest i oslanjati se na svoju (i na sanjačevu) intuiciju (Jung 1987: 53, 92).

Upravo je jedan Jungov san, a i Freudova površna analiza toga sna, presudio i okončao njihovo prijateljstvo i znanstvenu suradnju (Jung 2004: 222–224). Taj san ga je u konačnici doveo do koncepcije kolektivnog nesvjesnog. U snu je vidio kuću koja je „predstavljala odraz psihe. Soba na gornjem katu predstavljala je njegovu svjesnu osobnost. Prizemlje je odgovaralo prvom nivou nesvjesnog, koji će on kasnije prozvati *nesvjesna ličnost*, dok se na samom dnu nalazilo *kolektivno nesvjesno*“ (Stevens 2007: 42).

Novija istraživanja su većinu Freudovih hipoteza odbacile kao neodržive, dok su Jungova promišljanja više u skladu s modernim shvaćanjima. Među ostalim, uočeno je da mala djeca puno vremena provode u REM fazi (i u majčinoj utrobi, kao i u razdoblju odmah nakon rođenja), čime je srušena teza da su snovi skriveni izraz potisnutih želja, kao i teza o ulozi snova kao čuvara spavanja (Stevens 2007: 105).

Osim Freuda i Junga, treba spomenuti još par značajnih imena u području znanstvenog proučavanja snova. Samuel Lowy, češki psihijatar koji je djelovao sredinom 20. stoljeća, smatrao je da ljudi, uslijed nemogućnosti suočavanja sa svakodnevnim problemima, u snovima nadoknađuju ono što su propustili učiniti na javi. Pri tumačenju snova Lowy se više oslanjao na intuiciju nego na logiku (Stevens 1996: 71–72). Sredinom 20. stoljeća, s pojavom Fritza Perlsa, njemačkog psihijatra i psihoterapeuta te

osnivača Gestalt pravca u psihoterapiji, razvijen je niz značajnih i zanimljivih tehnika rada sa snovima. Važan doprinos proučavanju snova donose i otac psihosinteze⁶, talijanski psihijatar Roberto Assagioli te američki autor Arnold Mindell, poznat po svom konceptu *dreambody*⁷ (Jakelić 2002: 16–17). U zadnjih pola stoljeća svako toliko se u području psihijatrije i psihoterapije pojavi neki novi, zanimljiv pristup radu sa snovima, ali za potrebe ovog rada nije potrebno ići u detalje svakog od njih.

1.5. Slavni snovi i snovi u službi umjetnosti

Nakon povijesnog pregleda različitih teorijskih gledišta na snove, nije nevažno spomenuti i neke od konkretnih, pojedinačnih iskustava sa snovima slavnih ljudi kroz povijest. Neki od tih snova bitno su utjecali ne samo na same sanjače, već i na čitavo čovječanstvo.

Obraćanje na kršćanstvo rimskog cara Konstantina I. Velikog pripisuje se carevu snu iz 312. godine. Uoči odlučujuće bitke prvo mu se ukazao križ na nebu, a zatim mu u snu dolazi Krist osobno i poziva ga da prikaže križ na jednoj zastavi. Konstantin pobjeđuje „u znaku križa“ i iz zahvalnosti 313. godine Milanskim ediktom priznaje kršćansku vjeru te presudno usmjerava buduću povijest Europe i svijeta (Le Goff 1993: 288). Među snovima koji nešto nagoviještaju najčešći su oni koji proriču smrt sanjača ili nekog njemu bliskog. Kao primjer možemo navesti san francuskog glumca Champmeslea iz 1701. godine te san Abrahama Lioncolna par dana prije atentata 1865. godine. U oba su slučaja snovi nedvosmisleno najavili smrt samih sanjača (Stevens 1996: 21).

Prema popularnoj filozofsko-apokrifnoj anegdoti, Sokrat sanja labuda dan uoči Platonova dolaska pod njegovu okrilje, a spominje se da i sam Platon pred smrt sanja kako se preobrazio u labuda. Uz Renea Descartesa veže se tzv. 'veliki' san⁸, tj. tri uzastopna sna koje je sanjao 1619. godine kao mladić. Ti su snovi imali presudnu ulogu u

⁶ *Psihosinteza* je sveobuhvatni psihološki pristup za pronalaženje unutarnjeg sklada i mira

⁷ *Dreambody* povezuje naše snove sa odgovarajućim tjelesnim iskustvima

⁸ Od ta tri sna, najvažnijim se pokazao treći san u nizu i Descartesovo tumačenje tog sna. U tom snu budući filozof listajući knjigu poezije nailazi na stih na latinskom jeziku „Koji ću životni put odabrati?“ dok mu istovremeno neki stranac daruje pjesmu koja počinje stihom „Što jest i što nije“. Već idućeg dana Descartes odlučuje krenuti putem koji mu je naznačen u snu - cjelokupno ljudsko znanje proučavati uz pomoć metode razlikovanja istinitog od lažnog (*web izvori*: <https://marilynkaydennis.wordpress.com/2010/08/25/the-three-dreams-of-rene-descartes/>, <https://marilynkaydennis.wordpress.com/2010/08/26/the-three-dreams-of-rene-descartes-part-2/>)

usmjeravanju njegove filozofske karijere, a i sam filozof im je pridavao nadnaravno značenje (von Franz 2009: 139, 157).

Mnogi se izumi, kao i velika znanstvena dostignuća pripisuju snovima. Ruski kemičar Dmitrij Mendeljejev, nakon godina truda da otkrije način klasificiranja kemijskih elemenata prema njihovoj atomskoj težini, 1869. godine u snu vidi tablicu u kojoj su svi elementi bili na svojem mjestu. Probudivši se, po sjećanju je zapisao tablicu koja će kasnije postati poznata kao periodni sustav kemijskih elemenata (LaBerge 2008: 51). Leonardo da Vinci mnoge je svoje izume pripisivao snovima. James Watt, izumitelj parnog stroja, dugo je vremena sanjao identičan san, na osnovi kojega je osmislio proces kojim se i danas izrađuju olovne kugle. Njemački kemičar Friedrich Kekule, utemeljitelj organske kemije, 1865. sanja zmiju koja grize vlastiti rep i tako dolazi do koncepcije prstenaste strukture benzena (Horne 2009: 184). Poznati danski fizičar Niels Bohr osmislio je model atoma usnivši san u kojemu se planeti okreću oko sunca (Jakelić 2002: 137).

U području književnosti snovi su bili i inspiracija za pojedina djela i upotrebljavani kao književni postupak i/ili dio zapleta. U svojoj knjizi *Kroz ravnice*, škotski književnik iz 19. stoljeća R. L. Stevenson opisuje način nastanka svojih priča, čiji je sadržaj sanjao u nastavcima, a zapisivao netom nakon buđenja, prema sjećanju. Drugi dio Goetheovog *Fausta* također je inspiriran snovima, baš kao i Danteova *Božanska komedija* te neka od djela velikih književnika poput L. N. Tolstoja, E. A. Poa, H. Heinea i Voltairea (Jakelić 2002: 136–137). Kao književni postupak san se afirmira u 19. stoljeću s pojavom romantizma, posebice u ruskoj književnosti (Benčić 2012b: 390). Spomenimo još *Alisu u zemlji čudesa* Lewisa Carrolla, upotrebu snova u *science fiction* romanima Philip K. Dicka ili kod J. L. Borgesa.

Snovi su utjecali i na djela slavnih skladatelja, primjerice Mozarta i Wagnera, a možda je najzanimljiviji primjer onaj talijanskog skladatelja Guiseppa Tartinija, koji je tvrdio da je u snu prodao dušu vragu, a zauzvrat „dobio“ od njega kompoziciju *Davolji triler*, koju je zapisao prema sjećanju nakon samog sna (Jakelić 2002: 178). Od utjecaja snova na druge vidove umjetnosti navedimo samo usput strip *Sandman* Neila Gaimana, filmove poput *Čarobnjaka iz Oza*, *Inception*, dok su u slikarstvu snovi i motivi sna zasigurno utjecali na opuse Dalija, Goye, Picassa itd.

Nažalost, osim spomenutih hvalevrijednih primjera snova koji su unaprijedili čovječanstvo na različite načine, postoje i oni snovi koji su korišteni u „krive“ svrhe, poput osvajačkih pohoda i ratovanja. Bismarckov plan za Europu 19. stoljeća i ujedinjenje Njemačke (koje je podrazumijevalo i pokretanje mnogih ratova) pripisuje se jednome njegovu snu (Horne 2009: 184). 1917. godine Adolf Hitler, dok je bio u rovovima za vrijeme prvog svjetskog rata, sanja da je ostao živ zakopan ispod gomile zemlje. Probudivši se, nesvjestan gdje se nalazi, odlazi u šetnju izvan rovova i nedugo nakon toga promatra kako bomba ubija sve one koji su ostali u rovovima. Smatrajući da mu je taj san spasio život, od tada vjeruje da mu je povjerena posebna božanska misija (Stevens 1996: 293). Za te snove bi možda bilo i bolje da su zaboravljeni.

2. Znanstvena istraživanja snova

Pojam *san* u hrvatskom jeziku ima dva značenja: (i) „san kao neurobiološko stanje mirovanja budne svijesti (imenica *spavanje*, glagol *spavati*, grč. ύπνος)“ i (ii) „san kao psihički fenomen, sadržaji sna, fantazme koje sfera nesvjesnoga proizvodi u tijeku spavanja (imenica *snivanje*, množina od *sna-snovi*, glagoli *sanjati* i *snivati*, grč. όνειρος)“ (Oraić Tolić 2012: 321). Premda se ovaj rad prvenstveno bavi drugim značenjem riječi *san*, u ovom će poglavlju biti riječi i o snovima u smislu spavanja.

2.1. REM i NREM

Povezanost između pokretanja očiju i sanjanja među prvima spominje američki profesor mentalne i moralne filozofije G. T. Ladd 1892. godine i to na temelju promatranja vlastitog spavanja. Američki liječnik E. Jacobson 1930. godine primjećuje da tijekom spavanja dolazi do pokreta očiju, i to za vrijeme onoga što se činilo kao sanjanje, odnosno podsjećalo je na pokrete očiju u trenucima kada se ljudi u budnom stanju prisjećaju nekog vizualnog događaja. Godine 1953. ruski fiziolog Nathaniel Kleitman i njegov student Eugene Aserinsky sa Sveučilišta u Chicagu točno utvrđuju tu povezanost. Isprva su tu pojavu prozvali „trzanjem očima“, ali ubrzo se ustalio današnji izraz brzo pokretanje očiju (eng. *Rapid Eye Movement*, REM) (Horne 2009: 151–152).

REM faza spavanja razlikuje se od NREM (Non-REM) faze tijekom koje nema ni pokreta očiju ispod kapaka, a uglavnom nema ni snova. Tijekom spavanja „ta se dva stanja izmjenjuju u relativno pravilnim razmacima, s time što sa svakim novim ciklusom NREM periodi spavanja postaju sve kraći, a periodi REM spavanja sve duži“ (Jakelić 2002: 20). Prva REM faza obično traje desetak minuta, druga i treća petnaestak minuta, a neposredno prije buđenja odvija se četvrta, zadnja REM faza, koja traje gotovo trideset minuta, kada i najčešće sanjamo snove koje najlakše zapamtimo (ibid.: 21). Ti podaci pokazuju da dužina REM spavanja prilično ovisi o trajanju spavanja koje mu prethodi (Horne 2009: 145).

Promatranjem moždanih valova tijekom spavanja uz pomoć elektroencefalograma (EEG-a) 50-tih se godina 20. stoljeća počelo razlikovati pet stadija spavanja – prvi i drugi stadij zajedno čine „plitko spavanje“ (mali moždani valovi) koje vremenski otprilike zauzima polovinu spavanja, dok se treći i četvrti stadij naziva „dubokim spavanjem“

(veliki moždani valovi), na kojeg otpada oko 20 % ukupnog spavanja. Plitko i duboko spavanje zajedno čine NREM spavanje. Peti stadij, REM spavanje, ukupno čini oko 25 % spavanja, javlja se otprilike svakih 90 minuta te na taj način dijeli spavanje u tipične devedesetominutne cikluse. Preostalih desetak posto spavanja sastoji se od kratkih budnih razdoblja (ibid.: 142, 144).

U REM fazi spavanja dolazi do paralize – ukočene su ruke, noge, trup, jedini mišići koji se pomiču su oči (osim, naravno, mišića svih vitalnih organa koje ne kontroliramo svjesno). Takva se paraliza naziva atonijom (lat. bez pokreta) i do nje najvjerojatnije dolazi kako bi nas spriječila da počnemo aktivno glumiti svoje snove (ibid.: 156–157). S druge strane, u REM fazi je zabilježeno i ubrzano disanje, povećanje broja otkucaja srca, erekcija u muškaraca itd. Upravo zato što većina REM faktora upućuje na uzbuđenost, dok atonija ukazuje na suprotno, REM spavanje naziva se i paradoksalno spavanje (Tedlock 1992: 12).

REM spavanje zapravo i nije vrijeme istinskog odmora – mozak je aktivan kao i u bilo koje drugo doba dana (Stevens 1996: 165). U uvodu knjige *Dreaming as Cognition* njeni urednici pišu da „podaci empirijske psihologije snova ... pokazuju da je sanjanje mnogo organiziraniji proces nego što se to općenito misli te da ono koristi iste sustave mentalnog predočavanja i mentalnog obrađivanja kao u slučaju budnih pojava“ (Cavallero i Foulkes 1993: 3 prema Willerslev 2004: 412). Iz REM spavanja se možemo brzo i lako probuditi, za razliku od većeg dijela NREM spavanja. Mentalna aktivnost za vrijeme REM spavanja je snažna i vizualna s puno detalja, a u ostatku spavanja uglavnom se pojavljuju mirnije misli i slike. Kada se u laboratorijskim uvjetima ispitanike probudi usred REM faze, oni u 70–90 % slučajeva potvrđuju da su upravo bili usred snova. Ponekad i u NREM spavanju dolazi do pravih snova (Stevens 1996: 89, Horne 2009: 170, 173). Snovi i slike koje se u njima javljaju nastaju u kori velikog mozga, dok se REM spavanje oblikuje u drugim, dubokim dijelovima mozga, tako da pokreti očiju nisu ni na koji način povezani sa slikama u snovima. Oči se u REM spavanju obično pokreću s lijeva na desno i obratno, ali one ne prate slike iz sna. Pokreti se javljaju s vremena na vrijeme i traju dvadesetak sekundi, nakon čega slijedi duže razdoblje mirovanja. Kako spavanje odmiče, tako i pokreti očiju postaju učestaliji – vrhunac se dostiže nakon otprilike sedam sati spavanja (Horne 2009: 152, 159–160). Postoji siguran način da se

uvjerimo da je netko uistinu u REM fazi spavanja te da ne simulira brze pokrete očiju – „napetost u mišićima oko brade i vilice gotovo da nestaje tijekom REM spavanja, ali ne i u drugim stadijima spavanja (NREM spavanje) i ona se u budnome stanju ne može lažirati“ (ibid.: 142). Što se tiče mjesečarenja, ono se najvjerojatnije događa u NREM fazi spavanja, pošto su razna istraživanja pokazala da REM spavanje nije spojivo s većim tjelesnim pokretima (Jakelić 2002: 21).

Već u stadiju fetusa kod ljudi postoje REM faze, a otprilike mjesec dana prije rođenja u REM fazi provodimo više vremena nego ikada prije ili poslije u životu – između osam i deset sati dnevno (što čini polovinu vremena kojega tada provodimo spavajući), za razliku od oko sto minuta dnevno kod odraslih ljudi. Nakon rođenja se ukupno trajanje REM spavanja ubrzano smanjuje, tako da na kraju prve godine života iznosi otprilike pet sati dnevno (Horne 2009: 152). Do tog rapidnog smanjivanja REM faze spavanja, prema mišljenju Hornea, dolazi jer nakon rođenja beba prima dovoljno stvarne stimulacije iz vanjskoga svijeta, za razliku od „mračnih“ uvjeta u maternici koji zahtijevaju dodatne poticaje za pravilan razvoj još nerođenog mozga koji dolaze u obliku „lažne“ stimulacije tijekom REM faze (ibid.: 153).

2.2. Uloga spavanja i snova

Mnogi smatraju da ukoliko spavanje i sanjanje nemaju neke vitalne biološke funkcije, definitivno predstavljaju ogroman gubitak vremena i jednu od većih „pogrešaka“ prirode. Dok spava, životinja se nije u stanju obraniti od opasnosti i zaštititi svoje mlade, ne razmnožava se i nije u potrazi za hranom. Znanost tvrdi da se „NREM spavanje razvilo prije 180 milijuna godina, kada su se toplokrvni sisavci razvili iz svojih hladnokrvnih reptilskih predaka, a 50 milijuna godina kasnije pojavilo se REM spavanje“ (Stevens 1996: 91). Dakle, i nakon 130 milijuna godina spavanje i sanjanje su još uvijek neophodni za normalno funkcioniranje živih bića.

Nisu nam poznate životinje koje nikada ne spavaju, što ukazuje da je spavanje vrlo bitan faktor za održavanje života (Horne 2009: 21). Produženo razdoblje spavanja važan je adaptivni mehanizam za preživljavanje sisavaca, jer na taj način oni uspješno čuvaju energiju i održavaju stalnu tjelesnu temperaturu (Stevens 1996: 92). U znanstvenim krugovima je općeprihvaćeno „da bi snovi mogli biti sredstvo pomoću kojeg

životinje nadograđuju svoje strategije za preživljavanje, iznova procjenjujući sadašnje iskustvo u svjetlu strategija oblikovanih i iskušanih u prošlosti. To se događa tijekom spavanja, jer je jedino tada mozak oslobođen svojih vanjskih zadataka i može obavljati ovu vitalnu aktivnost“ (ibid.: 94).

Znanstvena istraživanja provedena i na ljudima i na životinjama potvrdila su da uskraćivanje REM spavanja dovodi do smanjenje sposobnosti pamćenja zadataka iz prethodnog dana. Ti nalazi nam govore da sanjanje na neki način sudjeluje u još uvijek nerazjašnjenom procesu izabiranja i prebacivanja sjećanja iz kratkotrajnog u dugotrajno pamćenje (ibid.: 95). Zanimljivo je zamisliti se nad sljedećim paradoksom – ako snovi imaju tako važnu ulogu pri pohrani sjećanja, kako to da ih većina ljudi tako teško pamti? Anthony Stevens nudi odgovor – „sanjanje je drevni adaptivni mehanizam s vrlo dugom evolucijskom poviješću, nije neuvjerljivo da je zaboravljanje snova ugrađeno u sistem“ (ibid.: 98).

S druge strane, NREM spavanje usko je povezano s proizvodnjom hormona rasta u tijelu. Zato i djeca i mladi puno više vremena provode u NREM spavanju nego odrasli. Organizam se puno teže nosi s uskraćivanjem NREM spavanja nego s uskraćivanjem REM spavanja. Za vrijeme REM spavanja „razvijaju se, sazrijevaju i regeneriraju moždane strukture, što se odražava na djelovanje razvijenijih funkcija mozga, poput mišljenja, pamćenja i učenja. Senilne i umno poremećene osobe u REM spavanju provode znatno manje vremena od uobičajenoga, dok prijevremeno rođene bebe do očekivanoga vremena rođenja u REM spavanju provode i do 80 % vremena spavanja, kao da i na taj način žele dostići odgovarajuću zrelost“ (Jakelić 2002: 21).

Američki psihijatri J. Allan Hobson i Robert McCarley 1977. godine osmišljavaju isključivo neurofiziološku teoriju snova – *teoriju sinteze aktivacije*. Po njima snove uzrokuje „generator stanja sanjanja“ i ta je teorija danas najvaženija u znanstvenim krugovima (Stevens 1996: 84). Ona se „temelji na činjenici da se tijekom REM spavanja aktivira niz neuronskih krugova u moždanom deblu odakle signali odlaze u koru velikoga mozga, gdje se aktiviraju pojedina područja. Kora velikoga mozga te slučajne signale nastoji povezati i dati im neki smisao, što može rezultirati bizarnim i nelogičnim sadržajima snova“ (Hrvatska enciklopedija 2007: 566).

Britanski neuroznanstvenik Francis Crick i britanski matematičar Graeme Mitchison predložili su 1983. godine svoju teoriju sanjanja po kojoj sanjanje služi samo kao sredstvo zaboravljanja, tj. odbacivanja suvišnih informacija – teorija „obrnutog učenja“, odnosno „zaboravljanja naučenog“ (Stevens 1996: 85).

2.3. Cirkadijani ritam

Svi živi organizmi svoj dan oblikuju prema unutarnjem „biološkom satu“ nazvanom cirkadijanim ritmom (lat. *circa* – u krug + *diem* – dan). Taj ritam utječe na našu tjelesnu temperaturu, na dnevno razdoblje budnosti te na raspored spavanja i neke druge funkcije. Tako su ljudi, primjerice, najpospaniji između 4 i 6 ujutro i onda opet u rano poslijepodne (Horne 2009: 15, 75 i 115).

Krajem 1950-ih proučavanjem žaba otkriveno je da njihova epifiza proizvodi hormon izvorno nazvan *yalinom* (prema sveučilištu Yale). Taj hormon nadgleda pigmentaciju u stanicama žablje kože otprije poznatima kao „melanociti“ te ovaj hormon uskoro postaje poznat pod nazivom *melatonin*. Naknadna istraživanja pokazala su da se melatonin u velikim količinama proizvodi u epifizi odraslih ljudi (od mladosti do sredovječnosti) i ključni je dio mehanizma kojim svjetlost iz očiju pomaže uspostavljanju cirkadijanog ritma, kako kod ljudi, tako i kod drugih sisavaca. Melatonin se u krvotok izlučuje u tami, uglavnom noću, a vrhunac lučenja kod ljudi događa se oko četiri ujutro (ibid.: 121). Kod radnika u noćnoj smjeni primijećeno je smanjeno lučenje melatonina zbog utjecaja jake umjetne rasvjete. Kako melatonin ima i blagi učinak uspavljivanja, smanjivanje njegovog lučenja pojačava noćnu budnost (ibid.: 122). Taj efekt omogućava noćnim radnicima da odgode pospanost i odlazak na spavanje.

2.4. Pamćenje snova

Iskustvo većine sanjača potvrđuje i statistički potvrđenu činjenicu kako je prilično teško zapamtiti sadržaj snova. Sjećanje na snove vrlo brzo nestaje pa je time i smanjena sposobnost pamćenja snova nakon jutarnjeg buđenja. Pamćenje je najbolje kad se probudimo izravno iz sna. Ako želimo zapamtiti san, preporuka je da nakon buđenja ostanemo nepomični zatvorenih očiju i usmjerimo pozornost samo na događaje koji su nam maloprije prolazili umom (ibid.: 174, LaBerge 2008: 30). Naravno, pomaže i odmah

zapisati san, jer je velika vjerojatnost da ga se za par sati nećemo sjećati. Zapamćeni snovi iz REM faze većinom su vizualnog tipa, za razliku od pretežno verbalnih i refleksivnih snova iz NREM faze (Jakelić 2002: 22).

Proučavanjem manifestnih sadržaja snova došlo se do podataka da u „svakom devetom od deset snova sudjeluju sami sanjači i to u bizarnim svakodnevnim situacijama. Muškarci češće sanjaju druge muškarce nego žene, a žene jednako sanjaju i jedne i druge. Zanimljivo je da je većina likova iz naših snova neprepoznatljiva i da rijetko kad sanjamo slavne ljude. Polovina snova o društvenim interakcijama kod oba spola čini se da je agresivna, a agresija je uglavnom usmjerena prema sanjaču“ (Horne 2009: 175). Agresija koja se pojavljuje u snovima je uglavnom verbalna, a praktički nikad seksualna. Trećina snova vezana je uz neku nesreću, a malo njih uz sreću. Što se tiče mjesta radnje, otprilike četvrtina snova se odvija na poznatim mjestima, polovina na nepoznatim lokacijama, a u ostatku snova nije previše jasno gdje se san događa (ibid.).

Radnja u snovima traje otprilike jednako koliko bi trajala i u budnom stanju, nema razloga za vjerovati da su snovi vremenski zgusnuti ili da se dogode u par sekundi. Djeca do svoje pete godine rijetko spominju snove, dok snovi između pete i devete godine života sve više sliče snovima odraslih, s tom razlikom da su u mlađoj dobi glavni likovi u snovima puno češće razne životinje, a ne sami sanjači. Uglavnom sanjamo u boji, a slijepi ljudi (oni rođeni takvi ili oni koji izgube vid do svoje pete godine života) više sanjaju zvukove i glasove, a manje mirise, dodire i okuse. Zanimljivo je da mnoge slijepe osobe sanjaju svoje pse vodiče (ibid.: 176–177). Nadalje, različita istraživanja provedena diljem svijeta pokazala su da odrasli ljudi između svoje dvadesete i sedamdesete godine u prosjeku spavaju između 7 i 8 sati dnevno – muškarci 7 sati i 10 minuta, a žene 7 sati i 30 minuta (ibid.: 185). Zašto žene u prosjeku spavaju dvadesetak minuta duže od muškaraca još uvijek nije znanstveno razjašnjeno.

2.5. Deprivacija spavanja/sna

Prvi poznati eksperiment koji se bavio posljedicama nedostatka sna (u smislu spavanja) proveden je 1895. godine u Laboratoriju za psihologiju Sveučilišta u Iowi pod vodstvom profesora G. T. W. Patricka, a njegov mlađi kolega dr. J. A. Gilbert izabran je za „pokusnog kunića“. On je bez prekida u budnom stanju proveo 90 sati. Gilbert je

tijekom deprivacije sna imao vizualne halucinacije (npr. plešuće čestice zraka pretvorile su se u roj obojenih komaraca) koje su nestale nakon sna oporavka. Kada mu je napokon dopušteno da spava, nije nadoknadio više od četvrtine sna koji je izgubio, tako da su došli do zaključka, koji je potvrđen i u mnogim kasnijim istraživanjima, da je dubina, a ne količina sna bila ključna za oporavak (ibid.: 45-47).

Poznat je i uspjeh sedamnaestogodišnjeg američkog školarca R. Gardnera iz 1964. godine koji je postigao još uvijek neoboren rekord od 264 sati bez spavanja (nešto više od 11 dana). Nakon šestog dana vidio je nepostojeće biljke u vrtu, govor mu je postao izrazito spor i nerazgovijetan, a nakon devetog dana misli su mu bile zbrkane i teško je završavao rečenice. Ponekad bi se nesvjesno trzao, no ni u jednom trenutku nije postao psihotičan niti izgubio dodir sa stvarnošću. To je najduži period koji je neki čovjek ostao budan, a da je cijelo vrijeme bio praćen u laboratorijskim uvjetima. Rezultati su pokazali da učinci nedostatka sna utječu na ponašanje, dok tjelesnih učinaka gotovo da i nije bilo – malo se snizila tjelesna temperatura (za 0,3°C), došlo je do općeg usporavanja većine tjelesnih funkcija, a san oporavka je bio relativno kratak u usporedbi s količinom uskraćenog sna (ibid.: 49–52). Istraživanja su pokazala da se nadoknadi otprilike samo između trećine i polovine izgubljenog sna – nadoknađuje se gotovo sav izgubljeni duboki san te oko polovine izgubljenog REM spavanja (ibid.: 191).

Uskraćivanje spavanja/sna pokazalo je određene dobrobiti kod ljudi koji se bore s depresijom. Često sanjamo na način kako i razmišljamo, pa tako i depresivni ljudi često sanjaju tužne snove. Nakon buđenja iz takvih snova ta se tuga zna protegnuti na cijeli dan. Uklanjanje tih tužnih snova moglo bi im osigurati sretniji početak dana (ibid.: 183). Primijećeno je da se kod nekih antidepresiva kao nuspojava javlja izostanak REM faze spavanja. Još uvijek nije jasno kako to pridonosi liječenju depresije, jer prvi rezultati poboljšanja stanja pacijenata postaju očiti tek nakon par tjedana, dok je nestanak REM faze prisutan gotovo od početka tretmana (ibid.: 154–155). Također je poznato da djelomično ili u cijelosti probdjevna noć donosi brzo poboljšanje raspoloženja depresivnim ljudima (u čak dvije trećine slučajeva), no nažalost ti učinci ubrzo nestaju nakon idućeg spavanja. Bez obzira na to, samo iskustvo „normalnog“ stanja svijesti depresivnim pacijentima izuzetno je korisno, jer donosi nadu u mogućnost ozdravljenja (ibid.: 62).

Eksperimenti s deprivacijom sna, kao i njima izazvane promjene ljudskog ponašanja, pokazali su da je spavanje najvažnije za koru velikog mozga, koja se smatra središtem ljudskog ponašanja (ibid.: 52). Manjak sna najviše pogađa upravo moždanu koru zato što je vrijeme spavanja jedino doba kada se kora našega mozga može propisno odmoriti, oporaviti i pripremiti za buduće aktivnosti (ibid.: 31). Također, ne treba zanemariti utjecaj uskraćivanja sna na povećanje povodljivosti, jer se u pospanom i konfuznom stanju ljude lakše uvjeri u nešto što bi u normalnim okolnostima odbacili, što se uvelike koristi prilikom ispitivanja i dobivanja priznanja od ratnih zarobljenika (ibid.: 59).

Dok je na „Zapadu“ fokus u proučavanju snova na statističkim podacima i faktorima koji su mjerljivi različitim modernim aparatima, na „ne-Zapadu“ ljudi su više zaokupljeni utjecajem snova na njihov svakodnevni život. U idućem poglavlju govorit ćemo više o takvim kulturno i društveno uvjetovanim shvaćanjima snova.

3. Etnografski prikaz gledanja na snove u različitim kulturama

Etnolozi i antropolozi često su u svojim terenskim istraživanjima nailazili na specifična vjerovanja i rituale vezane uz sanjanje i snove. Premda to možda i nije bio usko definirani predmet njihova istraživanja, uskoro bi se nametnuo sam od sebe, ovisno o tome koliko je neka kultura inkorporirala snove u svoju svakodnevicu. Kako tuđim snovima ne možemo izravno svjedočiti, istraživači se trude ispitanike intervjuirati ubrzo nakon buđenja, prije nego se u samo iskustvo zapamćenih snova upletu dodatne interpretacije i implikacije koje ih nepovratno mijenjaju. Čini se da je to prilično težak zadatak, jer snovi čak i u samom trenutku sanjanja dobivaju specifičan kulturno uvjetovani oblik (Lohmann 2007: 48, 51). Bitna prekretnica u načinu na koji su istraživači pristupali autohtonim vjerovanjima o snovima dogodila se sredinom 70-ih godina prošlog stoljeća kada etnografi prestaju koristiti snove sakupljene od pripadnika naroda kojeg proučavaju kao muzejske artefakte spremne za analizu te svoju pozornost usmjeravaju prema „izučavanju sustava tumačenja snova kao složenih komunikacijskih procesa“ (Tedlock 1992a: x).

3.1. Snovima oko svijeta

Tijekom svog terenskog rada etnografi su primijetili da u mnogim nezapadnjačkim društvima sanjanje i budno stanje ne čine u potpunosti odvojene stvarnosti, već se radi o iskustvima koja se preklapaju. Pripadnici naroda Ojibwa iz kanadske Manitobe opisuju iskustva iz snova kao stvarna iskustva, kao nešto što se uistinu dogodilo. Uzmimo još i primjer antropologa L. C. Watsona i M.-B. Watson-Frankea, koji su u terenskom radu i s urbanim i s ruralnim stanovništvom naroda Guajiro iz Venezuele zapazili da se tamo stanje sanjanja opisuje kao stvarnost jednakovrijedna budnom stanju. Snovi se tako koriste ne samo za opisivanje ili predviđanje budućih događaja, već i kao opis trenutnog fizičkog i duhovnog stanja sanjača (Tedlock 1992b: 5). Vlastita iskustva s Guajirosima imao je i kanadski antropolog J.-G. Goulet, koji je, nakon što ga je više pripadnika zajednice sanjalo obrijanoga, odlučio obrijati bradu, pokazavši tako da poštuje njih i njihove snove. Naknadno su mu objasnili da bi u slučaju nepoštivanja tih snova

umrla jedna ovca. Goulet je shvatio da etnograf, uz učenje jezika naroda s kojim živi, treba doživjeti i njihov svijet kroz način na koji oni percipiraju snove (Marić 2014: 95).

Američki antropolozi, supružnici Barbara i Dennis Tedlock, 70-ih godina 20. stoljeća provodili su istraživanja među Zuni, skupinom Pueblo Indijanaca iz Novog Meksika, a potom među Quiche, potomcima mayanskih Indijanaca iz Gvatemale. Zuni, baš kao i Quiche, na snove gledaju kao na „akcije same po sebi, a ne kao na puke izjave mogućih akcija“ (Tedlock 1992c: 119) te smatraju da „gotovo svi snovi pružaju informacije o budućim događajima“ (ibid.: 123).

Zuni vjeruju da pri sanjanju djelić sanjačeva sebstva napušta tijelo i doživljava razna iskustva u udaljenim, prošlim ili budućim vremenima i mjestima. Snove dijele na „dobre“ ili „loše“, ovisno o vlastitim emocionalnim reakcijama nakon buđenja (ibid.: 113–114). Zuni obično kazuju samo „loše“ snove, dok one „dobre“ neko vrijeme ne dijele ni sa kim, jer prepričavanje „dobrog“ sna smanjuje pozitivan učinak na sanjača. O njima se s drugima raspravlja tek nakon što se dobre stvari prorečene u snu obistine. Loši snovi često se kazuju i u javnim i privatnim situacijama, i to što ranije nakon iskustva sna, baš zato kako se ne bi ostvarili. Inicirani medicinari, službeni tumači snova zajednice, smatraju da kronično loši snovi doslovce uzrokuju ozbiljne bolesti, a zatim i smrt sanjača (ibid.: 116–118).

Quiche su razvili dvije glavne teorije sanjanja. Prva od njih smatra da sanjačeva sreća, sudbina ili „slobodna duša“ napušta tijelo te lutajući svijetom upoznaje „slobodne duše“ drugih ljudi i životinja. Druga teorija tvrdi da su bogovi ili preci u tijelu spavača probudili dušu-munju koja se tada bori s posjetiteljima dok ne dobije poruku za sanjača (ibid.: 115). Kada su bili među Quiche Indijancima, D. Tedlock je u snu od nepoznate osobe dobio klip pečenog kukuruza. To bi za Zuni Indijance bio vrlo loš san, koji zahtijeva dugotrajno liječenje. Međutim, za Quiche je to bio dobar san. Može se zaključiti da iako je manifestni sadržaj sna jednak, simboličko značenje sna bitno se razlikuje među zajednicama (Bourguignon 2003: 137).

Kalapalo Indijanci središnjeg Brazila, čija je populacija osamdesetih godina prošlog stoljeća bila manja od 200 stanovnika, narod su kod kojih je tumačenje snova vrlo očito povezano s budućnošću sanjača. Sanjanje se poima kao proces koji se događa kada se „*akua* osobe, odnosno zamišljeno 'interaktivno sebstvo' probudi... te 'luta' dok ne

proživi neko iskustvo“ (Basso 1992: 88). Do sanjanja može doći i kada sanjača posjete moćna bića, što je prilika za izravno stjecanje znanja o njima. Muškarci koji često imaju uspješan kontakt s nekim moćnim bićem mogu, nakon razdoblja naukovanja, postati šamani (ibid.: 89–90). Tijekom sanjanja samo one predodžbe koje se odnose na budućnost osobe, koje su usmjerene na neki budući cilj, smatraju se društveno značajnima. Za Kalapalo Indijance samim time što se sanjanje dogodilo, već je proizveden određeni učinak (ibid.: 97–98).

Oko 150 pripadnika plemena Parintintín živi u malim zajednicama u brazilskoj tropskoj prašumi. Dio su jedne od nekoliko usko povezanih grupa koje sebe nazivaju zajedničkim imenom Kagwahiv. Za njih je tipično gotovo svakodnevno prepričavanje snova, bilo usred noći kada netko kazuje san uz logorsku vatru, bilo tijekom radnog dana radi zabave svojih kolega (Kracke 1992: 32). Baš kao i kod prethodno spomenutih Zuni Indijanaca, san koji je „nepovoljan u svom pretkazivanju budućnosti kazuje se brzo, pokraj vatre, kako bi se poništilo njegovo predviđanje... međutim, ukoliko se uopće kazuje povoljan san, to se čini daleko od vatre kako bi se osiguralo da se ne poništi njegovo povoljno predviđanje“ (ibid.: 33). Uz redovito prepričavanje snova, ozbiljno se raspravlja i o njihovom „značenju“, kakvu budućnost predviđaju, doslovno ili metaforički. Oni također smatraju da tijekom sanjanja duše rođaka mogu objaviti svoj odlazak iz ovog svijeta (ibid.).

U nekim južnoameričkim skupinama snovi mogu poslužiti i kao prostor za stvarnu akciju. Snagom vlastite volje šaman priziva snove, postaje svjestan da sanja i uz neograničenu moć sna, stvara realnost (Kracke 2003: 163). To je zabilježeno kod plemena Parintintín, Tapirape i Ye'cuana, čiji šamani sanjanjem navodno uzrokuju događaje. U prva dva naroda, šamani igraju važnu ulogu kod začeca djece – „duša koja će se roditi pojavljuje se šamanu u snu, koji ju onda usmjerava u maternicu žene“ (Kracke⁹). U nekim dijelovima Sjeverne i Južne Amerike urođenici stupaju u kontakt s nadnaravnim bićima putem vizija (*vision quest*) s ciljem dobivanja duhovne mudrosti i zaštite. Ta duboka duhovna iskustva zahtijevaju pustinjački boravak u divljini te često dolaze u obliku halucinacija ili snova (Marić 2014: 88).

⁹ <http://www.dreamresearch.ca/pdf/cultural.pdf>

Yukaghiri su mala autohtona populacija u sjeveroistočnom Sibiru. Za njih „svijet snova i budnog života predstavljaju dvije strane iste stvarnosti koje zajedno čine jedan svijet“ (Willerslev 2004: 410). S obzirom da su oni većinom lovci, primarna uloga snova je osiguravanje dobrog ulova. Duša lovca u snovima se trudi susresti sa svojim odgovarajućim nevidljivim životinjskim duhovima čuvarima te ih nagovoriti da ga opskrbe plijenom. U snovima je duša kroz svoja iskustva sposobna pozitivno utjecati na događaje, naročito seksualnim odnosom s duhovnim bićima (ibid.: 409–410). Ako joj se posreći, u snovima se otkriva konkretno mjesto gdje idući dan trebaju ići loviti kako bi uhvatili što bogatiji plijen.

Za pleme Sambia iz Papue Nove Gvineje snovi su iskustva koja se događaju kada duša napušta tijelo tijekom spavanja i luta različitim mjestima. Tijelo tada ostaje prazno, jer duša sa sobom uzima misli osobe. Događaje iz sna oni tretiraju i prepričavaju kao stvarne događaje. To mogu biti razni nadnaravni događaji (let zrakom, preskakanje rijeka itd.) koje doživljava duša, a ne sama osoba (Herd 1992: 58). Zato Sambijci vjeruju da sanjač nije odgovoran za djela svoje duše, već je jedino odgovoran za svoje riječi, tj. samo za san koji je ispričao u javnosti. Snovi se ne prepričavaju u svakoj situaciji – postoje javne, tajne i privatne okolnosti. Najčešće ih se kazuje u vlastitim domovima odmah nakon buđenja, a šamani ih koriste pri ceremonijama ozdravljenja i ritualima inicijacije. Seksualni snovi kazuju se tek u odrasloj dobi i to isključivo u privatnom ili tajnom kontekstu (ibid.: 61–63). Prepričavanje neugodnih, zabrinjavajućih snova pomaže olakšati situaciju. Sambijci vjeruju kako snovi otkrivaju loša znamenja o budućim događajima (ratovima, lovu, rođenju, smrti, vrtlarstvu itd.) pa ih zato žele protumačiti. Ponekad je potrebno i potražiti pomoć pri tumačenju snova – tu su najveći stručnjaci šamani i neki od starješina (ibid.: 64–67). Želja za kazivanjem snova skriva se u načinu na koji ih Sambijci percipiraju: „ako nešto učinite u snovima, to doista *možete* učiniti, a ako to onda podijelite s nekim, skoro da je već učinjeno“ (ibid.: 75).

Na sjeveru Perua obitava više od 20 000 Aguaruna Indijanaca. Snovi, koje smatraju događajima koji se razvijaju, ali se još nisu materijalizirali, imaju veliku ulogu pri svakodnevnom donošenju odluka. Primjerice, lovac u zoru kreće u lov, ako mu je prethodne noći pretkazan uspjeh snom u kojem grli atraktivnu ženu. Obrnuto vrijedi za „loše“ snove – ako nas je u snu ugrizla zmija, sljedećih par dana bolje je ostati kod kuće

kako bi se spriječilo ostvarenje te mogućnosti (Brown 1992: 156–157). Aguaruna Indijanci tumače „sanjanje“ u širem smislu nego mi – tu pripadaju i snovi tijekom spavanja, baš kao i vizije ili halucinacije izazvane djelovanjem različitih psihoaktivnih biljaka (ibid.: 158). Za Aguaruna ratnika koji se nada preživjeti borbu najvažniji su snovi u kojima uspostavlja kontakt s dušom drevnog ratnika (ibid.: 163). Zapravo, ratnik bez takve vizije ni ne kreće u napad, jer je to za njega ravno samoubojstvu. Ratni vođa postaje onaj muškarac koji redovito ima vizije i pretvara ih u uspješne napade. Na sličan način postaje se i politički vođa, čiji snovi znatno utječu na donošenje odluka i dobivanje podrške od drugih (ibid.: 166).

Pleme Rarámuri Indijanaca iz sjevernog Meksika na snove gleda kao na aktivnosti glavne duše neke osobe za vrijeme spavanja. Oni jako cijene snove, jer kroz njih „komuniciraju sa svojim božanstvima, dijagnosticiraju bolesti te dobivaju informacije o budućnosti“ (Merrill 1992: 194), ali samo kao nagovještaje budućih događaja, ne kao nepogrešiva predviđanja. Djecu se od ranog djetinjstva potiče da pamte i prepričavaju svoje snove te da ih tumače uz pomoć starijih. Liječnik na svoju poziciju dolazi isključivo službenom potvrdom u obliku sna (ibid.: 203–206). Rarámuri Indijanci nevjerovatna osobna iskustva iz snova često prepričavaju kao stvarne događaje, sve dok ih se posebno ne priupita za izvor događaja. Naravno, svjesni su razlike između snova i budnog stanja, samo su za njih i jedno i drugo jednako važna zbilja. Oni na „nemogućnosti“ nekih događaja više gledaju kao na dokaz ograničenja budnog života, a ne kao na nestvarnost snova. Oslobođena tijela, duša je sposobna za mnogo superiornije poduhvate poput letenja, jako brzih putovanja i posjeta nedostupnim mjestima (ibid.: 200, 202). Kod njih je zanimljivo to što imaju izrazito negativan stav prema snovima, njihov je stereotip da su događaji u snovima prijeteći. Rarámuri ne smatraju svaki pojedini san prijetećim, takav stav više dolazi do izražaja u općenitoj formi. Američki antropolog William Merrill sakupio je tijekom svoga terenskog rada ukupno 48 opisa njihovih snova, od kojih je točno polovica uključivala neku vrst prijeteće sanjaču, dok su ostali bili prilično bezazleni. Takav omjer prijetećih i ne-prijetećih snova otprilike je jednak ili manji od omjera kod drugih proučavanih društava (ibid.: 195–196). Merrill zaključuje da je „ovaj stereotip samo jedan od mnogih manifestacija ideje koja prožima njihov pogled na svijet: ideje ugroženosti insajdera od strane autsajdera“ (ibid.: 197). Bez obzira na

postojeći stereotip, Rarámuri „ne smatraju sam čin sanjanja prijetećim te ne čine ništa kako bi spriječili snove“ (ibid.: 200).

U suvremenoj religiji pripadnika naroda Maya koji obitavaju uz jezero Atitlan u Gvatemali, snovi su sveti i vrlo su važan dio njihove religije i kulture još od vremena antičke mayanske civilizacije. U snovima se čuje glas predaka, koji ih vode i brinu se o njima, kroz snove Maye saznaju svoju sudbinu i svoj poziv (Levi 2010: 5, 8). Duša (srce, duh ili svijest) za vrijeme spavanja napušta tijelo i putuje na različita mjesta, ponekad čak i različite svjetove, komunicira s dušama drugih ljudi i precima (ibid.: 14–15). Nečija sudbina i životni poziv se otkriva putem simboličkih snova koji zahtijevaju interpretaciju. Mayanski šaman ne može promijeniti svoju sudbinu, jer je ona određena pri rođenju i ne može joj se uteći. Mnogi šamani koji su to pokušali suočili bi se s nekom bolesti, sve dok nisu prihvatiti svoju sudbinu. Čak i nakon otkrivanja svoga poziva, šamani kroz snove dalje razvijaju i uče ritualno znanje (ibid.: 19).

Odgovornost za aktivnosti počinjene u snovima razlikuje se od kulture do kulture. Tako se, primjerice, među pripadnicima plemena Arapeshi iz Nove Gvineje erotski san može smatrati stvarnim preljubom (Kracke¹⁰). Važna je i uloga snova prilikom duhovne inicijacije. Tako pakistanske Sufije san može voditi do njihovih duhovnih učitelja, a šamani u raznim dijelovima svijeta često svoj poziv otkrivaju putem „inicijacijskih snova“ (ibid.).

Za domorodačko stanovništvo Australije, Aboridžine, snovi, vizije i izmijenjena stanja svijesti važan su oblik komunikacije s njihovim precima te ih koriste za osobni rast. Pojam Snivanja hrvatski je prijevod engleskog *Dreaming*, najčešćeg izraza koji se veže uz Aboridžinsku kulturu. To je pomalo nespretan termin, kako na engleskom, tako i na hrvatskom jeziku, koji nastoji objasniti njihov tradicionalni izraz *Altjiranga* koji podrazumijeva vrijeme kao kategoriju bezvremenosti, poput neuhvatljivosti vremena u snu (Polak 2012: 408–409). Taj termin nema nikakve veze sa snivanjem i snovima na način kojima se njima bavimo u ovom radu.

Etnografski opisi načina na koji se snovi koriste nisu bili lišeni kontroverzi. Šezdesetih i sedamdesetih godina 20. stoljeća u SAD-u izrazito je popularan i uspješan postao tzv. senojanski rad na snovima. Radilo se o psihoterapeutskoj upotrebi snova, čak

¹⁰ <http://www.dreamresearch.ca/pdf/cultural.pdf>

su i ugledni medicinski časopisi objavljivali članke o dobrobitima te terapije. Čitav pristup snovima bio je baziran na antropološkim izvještajima Kiltona Stewarta o navodno izrazito naprednoj upotrebi snova među pripadnicima naroda Senoi koji žive u prašumama Malezije. Stewart je opisivao kako Senoi od malih nogu potiču razgovore o snovima i djecu upućuju da u „lošim“ snovima ne bježe od neprijatelja, već da se svjesno sukobe s njima, kako bi kasnije lakše rješavali probleme koje će susretati u budnome stanju (Jakelić 2002: 149–151). Također su se trudili što prije iskupiti za zlo koje su nekome počinili u snovima. Cijeli koncept postaje izrazito sumnjiv osamdesetih godina 20. stoljeća kada W. Domhoff u svojoj knjizi *Misterij snova* iznosi prilično uvjerljive dokaze da Senoi nikada nisu imali neke specifične prakse vezane uz snove kakve im je pripisivao Stewart (Horne 2009: 176). Bez obzira na obmanu znanstvene javnosti, očito su postojale i neke dobrobiti takvog rada na snovima.

3.2. Lucidni snovi i noćne more

Ideja svjesne kontrole snova, uobičajena među drevnim i autohtonim kulturama, postepeno je uvedena u *New Age* duhovnost pod pojmom lucidnog sanjanja. Pojavom knjige *Kreativno sanjanje* američke autorice Patricie Garfield iz 1974. godine iznimno popularno postaje svjesno mijenjanje tijeka događaja u snovima. Garfield lucidne snove definira kao snove u kojima je „sanjač svjestan da sanja i na taj način po volji može promijeniti događaje u snu“ (Santos-Granero 2003: 191–195). Vlastite snove obično doživljavamo kao da su stvarni i tek s buđenjem spoznajemo da smo samo sanjali. Ipak, ponekad dok sanjamo svjesni smo da upravo sanjamo (LaBerge 2008: 25).

U nekim društvima uobičajena je upotreba lucidnih snova za različite svrhe i namjene, možda ne baš pod tim imenom, koje je više zapadnjačka kovanica. Tibetanski budisti koriste lucidne snove više od tisuću godina kao sredstvo doživljavanja iluzorne prirode osobne stvarnosti te kao praksu na putu prema prosvjetljenju (ibid.: 81).

U životu pripadnika naroda Yanesha iz Perua snovi zauzimaju vrlo važno mjesto, oni se prepričavaju i tumače, djecu se potiče da ih pamte i dijele s odraslima. Zbog vjerovanja da je njihova slobodna duša ranjiva dok spavaju, stariješine nekoliko puta svake noći bude sve ukućane, čak i malu djecu. Na taj se način povećava broj zapamćenih snova, a u tim kratkim razdobljima budnosti članovi kućanstva razmjenjuju

dojmove o svojim tek doživljenim snovima. Za Yaneshe snovi imaju i ulogu predviđanja budućnosti, i to uglavnom inverzijom – ako sanjamo nekoga izuzetnog zdravlja, kako pleše i slično, to se tumači kao znak da će ta osoba uskoro umrijeti. Snovi imaju i kreativnu dimenziju, kroz san dolaze nove melodije, stihovi, a važna je i njihova uloga za one koji se obučavaju da postanu iscjelitelji (Santos-Granero 2003: 191). Kod Yanesha je naglašena i opasna strana snova – za njih noćne more predstavljaju susret slobodne duše sa zlim bićima tijekom sanjanja. Tako se oni podučavaju da postanu lucidni u svojim snovima te promjenom tijeka događaja u noćnim morama spriječe potencijalne prijetnje. Noćna mora koja se ponavlja zapravo je važna poruka koju sanjač nije razumio ili nije na nju obratio pozornost, ona upućuje na neko područje života na kojem treba posebno poraditi ili ga iscijeliti (ibid.: 191–193).

Slično gledište na noćne more nalazimo i u zapadnjačkoj psihološkoj literaturi. Svjestan um ponekad pokušava pobjeći od stvari s kojima se ne želi suočiti, dok nam noćne more iznose taj materijal na površinu. I ovdje se naglašava važnost noćnih mora koje se ponavljaju (Jakelić 2002: 143–144). Neke kulture smatraju da su more „stvarna iskustva duše koja je zalutala u drugi svijet dok je tijelo spavalo“, dok su kod drugih one „posljedica demonskih posjeta“ (LaBerge 2008: 59), kao npr. kod pripadnika plemena Parintintín koji noćne more vide kao izravna opažanja prisutnosti „duha“ ili „demon“ (Kracke 1992: 33).

Vježbanje lucidnosti u snovima nas osposobljava da prihvatimo izazov more i razriješimo neki problem. Premda more znaju biti zastrašujuće, one nisu loše ili besmislene, u njima zapravo leži prilika za rast i učenje (LaBerge 2008: 50, 60). Većina literature o snovima promatra snove u pozitivnom aspektu, dok se negativnim aspektom (lošim snovima, noćnim morama) bavi vrlo malo autora. Taj priličan nesrazmjer čudi s obzirom na važnost negativnih aspekata snova za autohtone narode (Santos-Granero 2003: 179).

Sama spoznaja i svjesnost tijekom snova da je svijet koji tada doživljavamo produkt naše mašte, dovoljna je da lucidni sanjači „mogu svjesno utjecati na ishod svojih snova. Mogu stvarati i preobraziti predmete i ljude, situacije, svjetove, pa i sebe same“ (LaBerge 2008: 11). Vještina lucidnog sanjanja može se naučiti, razviti i poboljšati s upornim vježbanjem. Svrha lucidnog sanjanja je povećana svjesnost, tako da nema

bojazni da će doći do gubitka osjećaja razlikovanja što je san, a što budno stanje. Iskustvo dobro uvježbanih lucidnih sanjača pokazuje da sve što naučimo tijekom lucidnih snova možemo primijeniti i u budnom životu pa čak i u snovima savladati neke motoričke vještine (ibid.: 14, 52). Lucidnost u snovima nam pomaže da se lakše nosimo s problemima u „stvarnom“ životu, ponekad čak i razriješimo neki nesvjesni problem koji nas je na nekoj razini ograničavao (ibid.: 56).

Lucidni snovi i način njihove primjene razlikuju se ovisno o pristupu i različitim teorijskim polazištima. Na „Zapadu“, gdje se snove smatra plodom mašte, „lucidnost predstavlja mogućnost maštanja u senzualno bogatom, a ipak bezazlenom i izmišljenom svijetu“ (Lohmann 2007: 49). U većini ne-zapadnjačkih kultura, u kojima se lucidnost svakodnevno prakticira, a snovi se doživljavaju kao osjetilna iskustva stvarnosti, lucidnost ljudima „pruža priliku uključiti se – budno i u kombinaciji s posebnim moćima – u aktivnosti za koje se vjeruje da utječu ne samo na unutarnji, zamišljeni svijet, već i na onaj vanjski, fizički“ (ibid.).

4. Antropologija sanjanja

4.1. Kratka povijest antropoloških istraživanja snova

Kroz povijest antropologije sanjanje i snovi bili su uglavnom marginalizirana i sporedna tema antropoloških istraživanja. Neki rani antropolozi gledali su na snove kao na mjesto za stvaranje kulture. Tako je, primjerice, E. B. Tylor u svojoj knjizi *Primitivna kultura* iz 1871. godine pisao da su religije nastale kao svojevrсна tumačenja snova, odnosno kao pokušaji da se razjasne događaji iz snova, koje se smatralo stvarnim iskustvima (Mageo 2003: 4). Krajem 19. stoljeća budi se zanimanje za ovu temu, a Freudovo slavno djelo *Tumačenje snova* iz 1900. godine napokon potiče značajniji antropološki interes za područje sanjanja. Tako je u Engleskoj početkom dvadesetih godina 20. stoljeća C. G. Seligman zatražio kolonijalne službenike i misionare da mu šalju zapise domorodačkih snova, s ciljem testiranja Freudove teze o „tipičnim snovima“ (engl. *type dreams*), prema kojoj bi određeni manifestni sadržaj snova trebao imati jednako, univerzalno latentno značenje u različitim kulturama (Tedlock 1992b: 20). Pri tome se nije obraćala pažnja na društveni, kulturni i komunikacijski kontekst zapisanih snova.

Pod utjecajem svojega mentora Seligmana, krajem 1920-ih antropolog Bronislav Malinowski zapisuje snove urođenika s Trobriandskih otoka, s posebnim naglaskom na erotske snove. Zbog spora s psihoanalitičarima oko pitanja kulturne varijabilnosti Edipovog kompleksa, Malinowski je u konačnici negativno utjecao na antropološka istraživanja snova i ona su neko vrijeme izbjegavana (Stewart 2004: 79). Novi antropološki zamah u odnosu na temu snova počinje s radovima francuskog filozofa i antropologa Lucien Le'vy-Bruhla, posebno s njegovim djelom iz 1938. godine *Mistično iskustvo i simboli među primitivnim narodima*. Prema njegovim navodima „primitivni“ narodi mogu lako razlikovati iskustva doživljena tijekom sanjanja od iskustava u budnom stanju. Taj materijal iz snova, međutim, oni ne odbacuju kao nerealan, već ga ponekad promatraju kao još važnije, posebnije znanje od onoga kojega dobivaju u budnom stanju (ibid.: 76–77).

Tijekom 1940-ih većina antropološkog rada iz područja sanjanja imala je kao glavni cilj stvaranje korpusa manifestnih sadržaja snova koji su potom analizirani,

pobrojavani i grupirani na razne načine i za razne namjene (Tedlock 1992b: 21). Sredinom dvadesetog stoljeća u Sjevernoj Americi pojavljuje se antropološka škola *Kultura i osobnost* unutar koje djeluje i Dorothy Eggan, koja je dala najznačajniji doprinos istraživanjima snova. Eggan je, koristeći svoja istraživanja naroda Hopi, kritizirala previše pojednostavljenu analizu snova koju su koristili pojedini psihoanalitički nastrojani antropolozi, koji su često tumačili snove kao da rješavaju jednadžbe (Mageo 2003: 5). Oni su analizirali snove na temelju sadržaja snova, i na taj način zapravo dekontekstualizirali snove, jer su ignorirali važnost pripovijedanja snova, diskursa snova i autohtonih teorija snova. Razvoj etnopsihijatrije (transkulturalne psihijatrije) od 1950-ih nadalje, koju je pokrenuo francuski etnolog i psihoanalitičar George Devereux, još je jedna antropološka prekretnica u analizi sanjanja. Radeći kao terapeut s Plains Indijancima, Devereux je razvio psihoterapeutski proces koji je u osnovi imao indijanska vjerovanja i njihove prakse vezane uz snove (Edgar¹¹, Kracke¹²).

Nakon 1975. godine fokus antropologa pomalo se pomiče prema istraživanju dijeljenja snova i njihove interpretacije kao složenog komunikativnog procesa (Santos-Granero 2003: 179). Osamdesete godine prošloga stoljeća bile su vrlo plodne za antropološka istraživanja snova, jer je tada objavljeno više radova na temu snova nego u razdoblju od šest desetljeća nakon Seligmanova zahtjeva. Specijalno izdanje *Ethos-a*, časopisa društva za psihološku antropologiju, izlazi 1981. godine i u potpunosti je bilo posvećeno snovima. Kako je istaknula B. Tedlock, za mnoge istraživače (okupljene za seminar na temu sanjanja 1982. godine u Santa Fe-u) sanjanje i snovi nisu bili glavni fokus istraživanja prilikom njihovog terenskog rada, već su se sami nametnuli kao tema. Snovi mogu biti česta tema razgovora etnografskog *Drugog*, ali to sigurno nije tako u našem zapadnom društvu. Kao rezultat tog seminara 1987. godine izlazi *Sanjanje*, zbornik radova na temu snova (urednica B. Tedlock), koji označava veliki povratak snova kao važne antropološke teme (Tedlock 1992a: xi, Stewart 2004: 79 i Tedlock 1992b:23).

Za takav značajan porast interesa za snove kao predmeta antropoloških istraživanja nesumnjivo je zaslužna i rastuća popularnost Međunarodnog udruženja za istraživanje snova, koje je omogućilo razmjenu ideja među psiholozima,

¹¹ <http://community.dur.ac.uk/i.r.edgar/>

¹² <http://www.dreamresearch.ca/pdf/cultural.pdf>

neuroznanstvenicima i terapeutima koji se bave snovima. Prva svjetska konferencija na temu sanjanja, na kojoj su sudjelovali stručnjaci iz različitih područja (uključujući i etnografe), održana je u Moskvi u kolovozu 1991. godine. Iste je godine Američko udruženje za istraživanje snova počelo izdavati *Sanjanje (Dreaming)*, međunarodni, recenzirani časopis u kojem antropolozi mogu objavljivati svoje članke (Tedlock 1992a: xiii–xiv). Od tada je sanjanje česta tema antropoloških radova.

4.2. Klasifikacija snova, kulturalne teorije snova

Prisutnost različitih oblika tumačenja snova u svim do sada otkrivenim društvima antropologe dovodi do zaključka da je tumačenje snova 'kulturno univerzalno'. Tako antropolozi uglavnom razlikuju četiri osnovna tipa snova (Stevens 1996:12):

- 1) „*veliki*“ *snovi* (imaju općedruštvenu i kulturalnu važnost)
- 2) *proročki snovi* (predviđaju ili upozoravaju na buduće događaje)
- 3) *medicinski snovi* (pomažu pri liječenju i/ili iscjeljivanju)
- 4) „*mali*“ *snovi* (važni isključivo za osobni život sanjača)

Samo postojanje razrađenog sustava klasifikacije snova pokazatelj je važnosti koja im se u određenom društvu pridaje. Način na koji se klasificiraju snovi u mnogim je društvima uvelike povezan s društvenom hijerarhijom i statusom. U složenijim društvima snovi imaju smanjenu ulogu u odnosima moći, odnosno netko na visokoj društvenoj poziciji ne potvrđuje svoj autoritet uz pomoć snova i vizija, kao što je to čest slučaj kod „primitivnih“ naroda. Na „Zapadu“ je upadljivo odsustvo klasifikacije pa se čini da je klasifikacija snova najrazrađenija u kulturama koje nisu povezane s modernom zapadnom racionalističkom tradicijom. Dotjerani sustavi klasifikacije snova često su neraskidivo vezani uz kulturne sustave vjerovanja i povezani s religijom. Također je važan način na koji pripadnici određene kulture koriste prisutne klasifikacijske sustave, koliko oni predstavljaju gledišta samih sanjača (Kilborne 1992: 171–174, 191, Brown 1992: 168). „Primitivni“ ljudi najviše cijene „velike“, moćne snove, koje J. S. Lincoln naziva *snovima kulturnog obrasca*, Malinowski *službenim snovima*, dok ih C. G. Jung vidi kao arhetipske izraze ljudskog kolektivnog nesvjesnog. Takvi snovi su bili neophodni za šamane i vračeve te su im davali moć iscjeljivanja i proricanja budućnosti (Stevens 1996: 12).

Tridesetih godina 20. stoljeća Lincoln u svojim istraživanjima snova sjevernoameričkih Navajo Indijanaca razlikuje neželjene, spontane (i zbog toga nevažne) „individualne“ snove od željenih, induciranih „snova kulturnog obrasca“ koji su bili značajni za grupu i iz kojih su pojedinci dobivali nadahnuće za osnivanje vjerskih kultova, ali isto tako i za rituale i za umjetnost. Taj način kategoriziranja snova nije bio u skladu s klasifikacijskim shemama društava koje je istraživao, a nije uspio ni uspostaviti razliku između sna kao iskustva tijekom spavanja i sna kao pripovijedanja, tako da se rezultati njegovih istraživanja danas smatraju izrazito etnocentričnima (Mageo 2003: 4, Tedlock 1992b: 21). Snovi koje Jung naziva arhetipskima u našoj su kulturi tako rijetki i pogrešno shvaćeni, dok se oni obilno pojavljuju u tako mnogo različitih ne-zapadnih kultura. Izgleda kako su s razvojem civilizacije arhetipski snovi postupno nestajali te naposljetku ustupili mjesto „malim“ osobnim snovima (Stevens 1996: 13).

Značajan broj pripadnika različitih društava (uglavnom onih izvan zapadne tradicije) unutar svojih pučkih teorija snova podržava ideju da sanjanje uključuje buduća iskustva sanjača (a ne prošla ili sadašnja), i to iskustva koja se ne mogu shvatiti doslovno, dakle zahtijevaju tumačenje. Tu je prisutna tendencija progresivnosti ili gledanja unaprijed, za razliku od regresivne prirode zapadne teorije sanjanja pod utjecajem Freuda i psihoanalize, koja naglašava prilagodbu prošlim iskustvima. S druge strane, takvom progresivnom shvaćanju bliži je Jung i analitička psihologija koja prilikom utvrđivanja predodžbi iz sna ukazuje na istaknutu zabrinutost sanjača u vezi s budućnošću (Basso 1992: 86–88, Pratt Ewing 2003: 44).

Slike iz snova nisu uvijek ono što se čini na prvu, već i predstavljaju druge stvari, tj. one su simboli i imaju značenje koje se može otkriti. Postavivši stvari na taj način, umirujemo ljudski um koji neprestano traži red i važnost u pojavama. U društvima u kojima je kulturno znanje nejednako raspoređeno mogu se pojaviti stručnjaci za tumačenje snova. Podaci s terena nas upućuju na zaključak da se simbolički sustavi za tumačenje snova razlikuju od kulture do kulture, dakle ne postoji univerzalni sustav za tumačenje simbola iz snova. U mnogim se društvima, primjerice kod Toraja u Indoneziji koje je proučavao Douglas Hollan, „pravo“ značenje snova otkriva u onome suprotnome od onoga što je prikazano u snovima (Lohmann 2007: 44–46).

Premda su kulturalne teorije snova često jedinstvene zbog mnoštva specifičnih detalja, neki se opći obrasci pojavljuju uvijek iznova u raznim nepovezanim kulturama. Roger Ivar Lohmann navodi šest takvih interkulturalnih teorija snova (ibid.: 41–43):

1. *Teorija besmisla* – snovi se objašnjavaju kao zamišljene besmislice. Čini se da je ova teorija mnogo prisutnija nego što pokazuju etnografski podaci (etnografi često ne bilježe teorije koje su u skladu s njihovim vlastitim teorijama). Jolene Stritecky tako navodi da Malaićani koje je proučavala na Solomonskim otocima smatraju snove samo materijalom za zabavne priče (Stritecky 1999 prema Lohmann 2007: 42).
2. *Teorija razlučivanja* – sanjanje se smatra snažnijim stanjem svijesti nego budno stanje. Tako npr. pripadnici južnoameričkog naroda Jivaro smatraju da snovi otkrivaju više istinske stvarnosti iza iluzornih predodžbi koje percipiramo u budnom životu (Harner 1972: 134 prema Lohmann 2007: 42).
3. *Teorija poruke* – snovi se shvaćaju kao poruke samom sebi ili od drugih (uključujući i druge spavače). Tradicija naroda Zuni i Quiche Maya koje je proučavala B. Tedlock vidi snove kao priopćenja od predaka, duhova ili božanstava.
4. *Teorija prouzrokovanja* – sanjanje nije samo predviđanje, već pomaže u ostvarivanju budućih događaja. Primjerice, pripadnici naroda Cree Rock iz Manitobe tvrde da će im se nešto dogoditi u budućem budnom životu samo zato što su prvo to sanjali (Brightman 1993: 99 prema Lohmann 2007: 42).
5. *Teorija putovanja duše* – snovi se objašnjavaju kao iskustva i opažaji duše (ili nekog drugog kulturno uspostavljenog aspekta sebstva) sanjača dok luta izvan tijela.
6. *Teorija posjete* – snovi predstavljaju duhovne posjete nepokretnom sanjaču; važan je identitet osoba koje susrećemo u snu kao i činjenica da smo pasivni primatelji sna. Predodžbe iz snova dolaze nam izvana ili od nekog drugog, a ne od nas samih.

U određenoj kulturi uobičajeno je da ljudi istovremeno prihvaćaju više kulturalnih teorija snova, tako da ni jedna od ovih općenitih teorija ne isključuje drugu. Ponekad u nekoj kulturi nema nekog općeprihvaćenog, jedinstvenog sustava razumijevanja snova,

pa onda etnografi pribjegavaju uopćavanju kako bi opisali određenu kulturu. Kulturalne teorije snova se prenose s generacije na generaciju procesom enkulturacije – učimo društvene običaje vezane uz snove, njihovo značenje, kako djelovati na temelju snova i sl. (Lohmann 2007: 43, 47).

Isticanje uloge snova i s njima povezana vjerovanja razlikuju se od kulture do kulture. Može se reći da postoji toliko načina tumačenja snova koliko i kultura. Na „Zapadu“ se na snove uglavnom gleda kao na psihološku stvarnost pojedinca, dok neke druge kulture smatraju da san dolazi iz izvora koji se nalazi izvan samog sanjača (Marić 2014: 87). Čini se da se neki tipični snovi (poput snova o padanju, letenju, ispitima itd.) ipak pojavljuju u svim kulturama, premda nisu svugdje jednako učestali. Neka društva snove odbacuju kao nestvarne izmišljotine, a pojedina društva snovima pripisuju takvu važnost da ih je američki antropolog Alfred Kroeber imenovao Kulturama snova (Kracke¹³).

4.3. Kontekst i dijeljenje snova unutar zajednice

Pojedine kulture i svijet snova i svijet budnoga života smatraju stvarnim, ali ne postoji kultura koja brka snove s budnim stanjem ili ne uspostavlja razliku između njih. Ponegdje se djela počinjena u snovima smatraju stvarnim djelima – često se spominje priča o misionaru koji je bio zapanjen učestalošću preljuba koji su mu ispovijedali njegovi preobraćenici, sve dok nije otkrio da su mu oni kao istinski počinjen grijeh priznavali djela preljuba koja su izveli u svojim snovima (ibid.).

Prisjećanje snova ne odvija se jednako u svakoj kulturi. Dok u modernim zapadnim društvima većina ljudi rijetko pamti svoje snove, u nekim drugim društvima, poput recimo naroda Parintintín, pamti se po nekoliko snova svake noći (ibid.). Iako slike iz snova koje nam ostaju u pamćenju zadržavaju nešto od vizualnog iskustva sna, one nisu identične sa snom kako je sanjan. Čini se da se „primarni proces“ sanjanja pretvorio u „sekundarni proces“ u trenutku prisjećanja snova, što znači da kulturalne sile djeluju vrlo rano (Brown 1992: 155). Kada se pokušavamo svjesno prisjetiti sna, mi ga filtriramo kroz svoje misaone procese temeljene na jeziku. I sam „tekst“ sna je oblikovan u jeziku, tako da podliježe ograničenjima određenog jezika, baš kao i narativnog žanra. U mnogim

¹³ <http://www.dreamresearch.ca/pdf/cultural.pdf>

jezicima (npr. kod naroda Parintintín i Rarámuri) ne postoji imenički oblik riječi „san”. Moguće je jedino *sanjati*. U njemačkom jeziku postoji izraz "*Mir träumte*" (prijevod bi bio otprilike „snilo mi se, san mi je došao”), čime se sanjač određuje kao pasivni primatelj sna (Kracke 1992: 36, Crapanzano 2003: 184). I hrvatski jezik izražava tu pasivnost kroz izraz „snilo mi se”. Narod Asabano iz Papue Nove Gvineje koristi izraz *aluma nelebo* („ja vidim u snu”), čime naglašavaju stanje u kojem oni svjedoče pojavi, za razliku od posjedovanja pojave („imao sam san”) ili aktivnog pristupa („ja sam sanjao”), kao što se to izražava u nekim drugim jezicima (Lohmann 2007: 40).

Premda snovi imaju univerzalnu neurološku podlogu, svaki pojedini san je vezan uz specifične simboličke oblike jedinstvene svakom društvu, poput mitova, rituala, umjetnosti itd. Ako želimo razumjeti nečiju kulturu i njihovo iskustvo snova moramo biti upoznati ne samo sa sadržajem snova, već i s time na koji se način ti snovi, odnosno dijelovi snova, dijele s drugima – kako se, kome, kada i u kojim okolnostima pripovijedaju snovi. Razne društvene uloge, pravila i situacije, postojeće teorije o snovima, oblici narativnog diskursa, kao i ideje o osobnosti – sve to utječe na izvještavanje o snovima. Odnos prema sanjanju i snovima u različitim kulturama možemo usporediti jedino pažljivim isticanjem okvira diskursa koji oblikuju ponašanje i sam sadržaj verbalnih izvješća o snovima (Brown 1992: 155, Herdt 1992: 76 i Tedlock 1992b: 28).

Očigledno je da postoji nesrazmjer između snova koje sanjamo i ispričanih snova. Zapravo, snove drugih ljudi upoznajemo jedino kroz verbalne priče o njima. Ono što se nastoji tumačiti nije sam san, nego nečiji „tekst”, izgovorena ili napisana priča, izvještaj sanjača o vlastitom iskustvu snova (Kracke 1992: 35). Prilikom narativne izvedbe sna prisutne su razne paralingvističke pojave poput emocionalnog naboja, tona glasa, glasnoće, ritma, naglašavanja pojedinih dijelova, kontakta očima, gestikulacije itd. Nažalost, bilješke o tim pojavama obično izostaju u izvješćima o snovima u psihološkoj i etnografskoj literaturi, premda one imaju važan učinak, posebice u načinu uspostave odnosa između sanjača-pripovjedača i njegove publike (Crapanzano 2003: 186–187).

Velika je važnost snova u prilagodbi na novu zajednicu u kojoj se istraživač zatekne. U metodološkom pogledu, antropolozi više ne sakupljaju gomile prepričanih snova kako bi ih statistički analizirali na temelju njihovog sadržaja, već tijekom

terenskog rada aktivno sudjeluju u životu zajednice i u prepričavanju snova – prirodno je i očekivano da antropolog unutar zajednice koju proučava verbalno prezentira svoje snove, jer to može činiti razliku između autsajdera i onoga kojemu je dopušten intimniji uvid u društvo koje proučava (Marić 2014: 92–93; Tedlock 1991).

Zaključak

Kad su u pitanju snovi, dva su dijametralno suprotna puta. Prvi je potpuno ignoriranje snova, a drugi put je prihvaćanje mudrosti snova i njihova integracija u svakodnevne aktivnosti. Između te dvije krajnosti mnogo je nijansi i načina na koji se ljudi odnose prema svojim i tuđim snovima.

Snove se u nekim društvima doživljava kao „plod mašte irelevantan za svakodnevni život, dok su kod nekih drugih kultura snovi važan izvor informacija bilo o budućnosti, o duhovnom svijetu ili o samom sebi“ (Marić 2014: 88). Svjesno ili ne, ovdje na „Zapadu“ smo izabrali holivudski pristup snovima – zabavni su nam, ponekad nas prestraše, pristupamo im više-manje olako, a već iduću noć bit će novi film na repertoaru. Nema sagledavanja šire slike, nema ulaska u poetsku viziju našeg najvažnijeg redatelja, nas samih. Sanjanje prihvaćamo kao iskustvo „koje se odnosi na nas same, ali ovome iskustvu ne pridajemo isti status kao budnoj stvarnosti te stoga iskustva iz snova u potpunosti ne integriramo s našim ostalim sjećanjima“ (Tedlock 1992b: 1). Tako i britanski profesor psihofiziologije Jim Horne u svojoj knjizi *Putovanje snovima* priznaje da on ne proučava snove i tvrdi da o snovima „treba razmišljati kao o mentalnome kinu, izmišljenome i namijenjenom samo za zabavu. Osim toga, većinom su to filmovi loše kvalitete koje je ionako najbolje zaboraviti!“ (Horne 2009: 178).

Zapadnjački stereotip o snovima kao o izmišljenim besmislicama koje se ne mogu kontrolirati omogućava sanjačima „da pasivno primaju – i ne priznaju odgovornost – za svoje snove i akcije koje poduzimaju u snovima“ (Lohmann 2007: 50). Jesu li nama zbog takvog ignorantnog pristupa snovi prestali govoriti?

Čini se da u razvijenim zapadnjačkim društvima snovima „najozbiljnije pristupaju oni koji slijede New Age ideje osobnog rasta i/ili psihoterapijske prakse iscjeljivanja“ (Stewart 2004: 78). Naravno, kroz takvu vrst popularizacije autohtonih vjerovanja vezanih uz snove, nužno dolazi do njihova pojednostavljivanja i prebacivanja naglaska s mističnog iskustva na obično svjetovno (Santos-Granero 2003: 201).

S druge strane, na „ne-Zapadu“, kao što smo mogli vidjeti iz mnogih navedenih primjera u trećem poglavlju ovog rada, snovi su puno više utkani u sam život, oni su izrazito važni i usmjeravaju djelovanje na razini svakodnevnih aktivnosti. Kod njih se budno stanje i stanje snova međusobno prožimaju i nadopunjuju.

Dok sam iščitavao literaturu za ovaj rad primijetio sam da se tijekom terenskog rada vezanog uz snove gotovo svim proučavateljima snova redovito „dogodi“ neki san koji usmjeri njihovu intelektualnu oštricu prema određenom aspektu snova. Iako je ovo „samo“ diplomski rad, i ja sam na svoj način iščekivao svoj san, pa sam ga prije par mjeseci napokon i dočekao. Ukratko, sadržaj sna bio je otprilike ovakav: stojim u nekoj velikoj kadi usred nekog mondenog restorana i perem si noge. Ljudi uokolo više-manje nastavljaju sa svojim obrocima. Prilaze mi neke starije dame i razgovaramo na njemačkom jeziku. Ne bih ulazio u neku dublju analizu svoga sna, osim što bih naglasio da događaji u snu odražavaju moja razmišljanja o snu kao „formi dozvoljene ludosti koja se događa u utočištu spavanja“ (Stevens 1996: 169). Mogli bismo reći da je sanjanje oblik mentalne aktivnosti neograničene uobičajenim konvencijama, tj. snovi su „jedina legitimna, ne-patološka halucinogena iskustva dozvoljena u našem društvu“ (Brown 1992: 155). Ono što si dozvoljavamo, odnosno ono što nam je dopušteno u snovima (jer nad njima, u većini slučajeva, nemamo nikakvu kontrolu), uglavnom si ne dopuštamo u budnoj stvarnosti. One koji si daju takvu slobodu i u „svijetu budnih“, one koji si dopuste bijeg od zadane „stvarnosti“, koji odbace uzde kontrole, društvo uglavnom stigmatizira i etiketira kao psihičke bolesnike. Na tom tragu bio je i njemački filozof I. Kant kada je izjavio da je luđak budni sanjač, dok A. Schopenhauer opisuje san kao kratko ludilo, a ludilo kao dugi san. I neki moderni istraživači poput J. A. Hobsona govore o bliskoj povezanosti snova i psihoza – nevjerojatni događaji se čine stvarnim, sve je diskontinuirano, nelogično i nedosljedno (Stevens 1996: 167). Naravno, to su samo metafore, nitko ne izjednačava san s psihotičnim poremećajima.

Mnoga su otvorena pitanja o snovima. Odakle dolaze, zašto uopće sanjamo, koja je njihova uloga u našim “budnim” životima? Postoje li univerzalni simboli u snovima, jednaki za sve, bez obzira na kulturni kontekst? Da li ljudi koji malo ili uopće ne spavaju/sanjaju, proživljavaju svoje snove na javi? I još mnoga druga...

Zapravo, kao što je ovaj diplomski rad osvijestio, različitost teorija i pristupa snovima kroz protekla tisućljeća i kroz dihotomiju „Zapad“–“ne-Zapad“ pokazuje da konačnih odgovora nema te da će neka pitanja vjerojatno još dugo vremena ostati otvorena. Kao i u mnogim drugim područjima znanosti i života, i ovdje još uvijek tapkamo u mraku. A kad smo već u mraku, zašto ne bismo sanjali?

Popis literature

- Basso, Ellen B. (1992) *The implications of a progressive theory of dreaming* u: Tedlock, B. (ur.) *Dreaming: Anthropological and Psychological Interpretations* (str. 86-104) School of American Research Press, Santa Fe, New Mexico
- Benčić, Živa (2012a) *Predgovor* u: Benčić, Ž. i Fališevac, D. (ur.) *Prostori snova – oniričko kao poetološki i antropološki problem* (str. 7-12), Disput, Zagreb
- Benčić, Živa (2012b) *Mjesečar u magli Tat'jane Tolstoj ili „život je san“ na neobarokni način* u: Benčić, Ž. i Fališevac, D. (ur.) *Prostori snova – oniričko kao poetološki i antropološki problem* (str. 389-406), Disput, Zagreb
- Bourguignon, Erika (2003) *Dreams That Speak: Experience and Interpretation* u: Mageo, J. M. (ur.) *Dreaming and the Self, New Perspectives on Subjectivity, Identity, and Emotion* (str. 133-153), State University of New York Press, Albany
- Brightman, Robert A. (1993) *Grateful prey: Rock Cree human-animal relationships*, Berkeley, CA: University of California Press
- Brown, Michael F. (1992) *Ropes of sand: Order and imagery in Aguaruna dreams* u: Tedlock, B. (ur.) *Dreaming: Anthropological and Psychological Interpretations* (str. 154-170), School of American Research Press, Santa Fe, New Mexico
- Cavallero, Corrado i Foulkes, David (1993) *Introduction* u: Cavallero, C. i Foulkes, D. (ur.) *Dreaming as Cognition* (str. 1–18), New York: Harvester Wheatsheaf
- Crapanzano, Vincent (2003) *Concluding Reflections* u: Mageo, J. M. (ur.) *Dreaming and the Self, New Perspectives on Subjectivity, Identity, and Emotion* (str. 175-197), State University of New York Press, Albany
- *Gilgameš* (1979) IRO „Veselin Masleša“, Sarajevo
- Girardi-Karšulin, Mihaela (2012) *Što su snovi? Aristotel i Freud* u: Benčić, Ž. i Fališevac, D. (ur.) *Prostori snova – oniričko kao poetološki i antropološki problem* (str. 27-40), Disput, Zagreb
- Gregorić, Pavel (2003) *Aristotelova teorija sanjanja* u: Barbarić, Damir (ur.) *Aristotel i aristotelizam*, zbornik (str. 55-67), Matica hrvatska, Odjel za filozofiju, Zagreb
- Gyatso, Geshe Kelsang (2012) *Moderni budizam (Put mudrosti i suosjećanja: prvi dio – sutra)*, Split, Nova Kadampa tradicija

- Harner, Michael J. (1972). *The Jivaro, people of the sacred waterfalls*, Garden City NY: Doubleday/Natural History Press
- Herdt, Gilbert (1992) *Selfhood and discourse in Sambia dream sharing* u: Tedlock, B. (ur.) *Dreaming: Anthropological and Psychological Interpretations* (str. 55-85), School of American Research Press, Santa Fe, New Mexico
- Horne, Jim (2009) *Putovanje snovima: Putovanje kroz znanost o spavanju*, Algoritam, Zagreb
- Hrvatska enciklopedija (2003), sv. 5 (Hu–Km), glavni urednik August Kovačec, Leksikografski zavod Miroslav Krleža, Zagreb
- Hrvatska enciklopedija (2007), sv. 9 (Pri–Sk), glavni urednik Slaven Ravlić, Leksikografski zavod Miroslav Krleža, Zagreb
- Jakelić, Branka (2002) *Govor snova*, Medicinska naklada, Zagreb
- Jung, Carl Gustav (1987) *Pristup nesvjesnom* u: Jung, C. G. et al. *Čovjek i njegovi simboli* (str. 18-103), Mladost, Zagreb
- Jung, Carl Gustav (2004) *Sjećanja, snovi, razmišljanja* (zabilježila i uredila Aniela Jaffe), Fabula nova, Zagreb
- Kilborne, Benjamin (1992) *On classifying dreams* u: Tedlock, B. (ur.) *Dreaming: Anthropological and Psychological Interpretations* (str. 171-193), School of American Research Press, Santa Fe, New Mexico
- Kracke, Waud (1992) *Myths in dreams, thought in images: An Amazonian contribution to the psychoanalytic theory of primary process* u: Tedlock, B. (ur.) *Dreaming: Anthropological and Psychological Interpretations* (str. 31-54), School of American Research Press, Santa Fe, New Mexico
- Kracke, Waud H. (2003) *Dream: Ghost of a Tiger, A System of Human Words* u: Mageo, J. M. (ur.) *Dreaming and the Self, New Perspectives on Subjectivity, Identity, and Emotion* (str. 155-164), State University of New York Press, Albany
- LaBerge, Stephen (2008) *Lucidno sanjanje*, Gorin, Rijeka
- Le Goff, Jacques (1993) *Srednjovjekovni imaginarij – eseji*, izdanja Antibarbarus, Zagreb

- Levi, Elena (2010) *Dreams in Mayan Spirituality: Concepts of Dreaming From the Ancient Mayans to the Contemporary Mayans around Lake Atitlán*, Sociology and Anthropology in Guatemala and Chiapas, El Mundo Maya
- Lohmann, Roger Ivar (2007) *Dreams and Ethnography* u: Barrett, D. i McNamara, P. (ur.) *The New Science of Dreaming, Volume 3: Cultural and Theoretical Perspectives* (str. 35-69), Westport, CT: Praeger
- Mageo, Jeannette Marie (2003) *Theorizing Dreaming and the Self* u: Mageo, J. M. (ur.) *Dreaming and the Self, New Perspectives on Subjectivity, Identity, and Emotion* (str. 3-22), State University of New York Press, Albany
- Marić, Petra (2014) *Etnologija snova iskustva etnologa na terenskim istraživanjima* (str. 81-102), Ethnologica Dalmatica 21, Etnografski muzej Split
- Merrill, William (1992) *The Rarámuri stereotype of dreams* u: Tedlock, B. (ur.), *Dreaming: Anthropological and Psychological Interpretations* (str. 194-219), School of American Research Press, Santa Fe, New Mexico
- Oraić Tolić, Dubravka (2012) *Matoševa poetika sna* u: Benčić, Ž. i Fališevac, D. (ur.) *Prostori snova – oniričko kao poetološki i antropološki problem* (str. 309-338), Disput, Zagreb
- Polak, Iva (2012) *Snivanje i snovi u australskome krajoliku* u: Benčić, Ž. i Fališevac, D. (ur.) *Prostori snova – oniričko kao poetološki i antropološki problem* (str. 407-423), Disput, Zagreb
- Pratt Ewing, Katherine (2003) *Diasporic Dreaming, Identity, and Self-Constitution* u: Mageo, J. M. (ur.) *Dreaming and the Self, New Perspectives on Subjectivity, Identity, and Emotion* (str. 43-60), State University of New York Press, Albany
- Santos-Granero, Fernando (2003) *Pedro Casanto's Nightmares: Lucid Dreaming in Amazonia and the New Age Movement* (str. 179-210), Tipiti 1(2), Salsa, USA
- Stevens, Anthony (1996) *Private myths: dreams and dreaming*, Harvard University Press, Cambridge, Massachusetts
- Stevens, Anthony (2007) *Jung*, Šahinpašić, Sarajevo
- Stritecky, Jolene Marie (1999). *Dream stories in urban Solomon Islands*, Paper presented at the Annual Meeting of the Association for Social Anthropology in Oceania, Hilo, HI

- Tedlock, Barbara (1992a) *Foreword* u: Tedlock, B. (ur.) *Dreaming: Anthropological and Psychological Interpretations* (str. ix-xiv), School of American Research Press, Santa Fe, New Mexico
- Tedlock, Barbara (1992b) *Dreaming and dream research* u: Tedlock, B. (ur.) *Dreaming: Anthropological and Psychological Interpretations* (str. 1-30), School of American Research Press, Santa Fe, New Mexico
- Tedlock, Barbara (1992c) *Zuni and Quiche dream sharing and interpreting* u: Tedlock, B. (ur.) *Dreaming: Anthropological and Psychological Interpretations* (str. 105-131), School of American Research Press, Santa Fe, New Mexico
- von Franz, Marie-Louise (2009) *Snovi*, Scarabeus naklada, biblioteka Anima GZH, Zagreb
- Willerslev, Rane (2004) *Spirits as 'ready to hand' : A phenomenological analysis of Yukaghir spiritual knowledge and dreaming*, *Anthropological Theory* 4 (str. 395– 418)

Web izvori

- Edgar, Iain R. *Anthropology and the dream*
<http://community.dur.ac.uk/i.r.edgar/>
- Ingram, Gordon (2015) *Dreaming*; zadnji put uređeno 10.3.2015.
<http://www.oxfordbibliographies.com/view/document/obo-9780199766567/obo-9780199766567-0120.xml>
- Kracke, Waud H. *Cultural aspects of dreaming*
<http://www.dreamresearch.ca/pdf/cultural.pdf>
- Stewart, Charles (2004) *Introduction: Dreaming as an Object of Anthropological Analysis* (str. 75-82), *Dreaming*, Vol. 14, No. 2–3, University College London
<http://files.umwblogs.org/blogs.dir/6219/files/2011/10/Introduction-Dreaming-as-an-Object-of-Anthropological-Analysis.pdf>
- Tedlock, Barbara (1991) *The New Anthropology of Dreaming* (str. 161-178), *Dreaming*, Vol. 1, No. 2
<http://www.asdreams.org/journal/articles/1-2tedlock1991.htm>